

**LAPORAN INDIVIDU**  
**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)**  
**DI SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN**  
**Gedongan, Sumberagung, Moyudan, Sleman, Yogyakarta 55563**  
**Telp. (0274) 6497202, Fax. (0274) 798278**



**Disusun Oleh :**  
**TRI MARDHIYANA**  
**NIM. 14511247018**

**JURUSAN PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA**  
**PRODI PENDIDIKAN TEKNIK BOGA**  
**FAKULTAS TEKNIK**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**2015**



## HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

**Nama : Tri Mardhiyana**

**Nim : 14511247018**

**Prodi : Pendidikan Teknik Boga**

Telah melaksanakan PPL di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan mulai tanggal 10 Agustus 2015 sampai dengan tanggal 12 September 2015. Hasil dan pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan tercakup dalam laporan ini.

Yogyakarta, 22 September 2015

Mengesahkan ,

Dosen Pembimbing PPL

Guru Pembimbing PPL

Yuriani, M.Pd

Hanum Perdani, S.Pd.T

NIM. 19540206 198203 2 001

NBM. 1203 8812 1127713

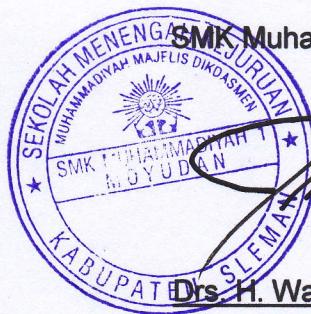
Mengetahui,

Kepala Sekolah

Koordinator KKN PPL

SMK Muhammadiyah 1 Moyudan

SMK Muhammadiyah 1 Moyudan



Drs. H. Wahyu Prihatmaka, M.M.

Ir. Adi Prijono

NIP. 19610420 199003 1 004

NBM. 1203 6498 839823



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan dengan baik dan lancar serta dapat menyusun laporan PPL ini sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan. Laporan ini dapat tersusun tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Tim UPPL UNY, yang telah memberikan pembekalan dan pengarahan kepada mahasiswa PPL.
2. Yuriani, Dra. M.Pd, selaku dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan kepada mahasiswa PPL 2015 di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan.
3. Drs. H. Wahyu Prihatmaka, M.M selaku Kepala Sekolah SMK Muhammadiyah 1 Moyudan.
4. Ir. Adi Prijono selaku Koordinator PPL yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan fasilitas di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan.
5. Hanum Perdani S.Pd.T sebagai Guru Pembimbing kegiatan PPL yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan.
6. Teman-teman PPL di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan yang telah memberikan dorongan, kebersamaan dan motivasi dalam pelaksanaan PPL dari awal sampai akhir.
7. Kedua orang tua tercinta, yang telah memberikan doa, kasih sayang dan semangat dalam mengikuti kegiatan PPL
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan disini atas bantuan dan perhatiannya selama Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam pelaksanaan program kerja PPL serta penyusunan laporan ini. Semoga laporan ini bermanfaat bagi mahasiswa, SMK Muhammadiyah 1 Moyudan dan Universitas Negeri Yogyakarta serta semua pihak yang membutuhkan.

Yogyakarta, 10 September 2015  
Penulis,

Tri Mardhiyana  
NIM. 14511247018

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... i

HALAMAN PENGESAHAN ..... ii

KATA PENGANTAR..... iii

DAFTAR ISI ..... iv

DAFTAR LAMPIRAN..... v

ABSTRAK ..... vi

**BAB I. PENDAHULUAN ..... 1**

A. Analisis Situasi ..... 2

B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL ..... 5

**BAB II. PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL ..... 11**

A. Persiapan Praktik Lapangan ..... 11

B. Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan..... 14

C. Analisis Hasil Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan ..... 17

D. Refleksi..... 18

**BAB III. PENUTUP..... 19**

A. Kesimpulan..... 19

B. Saran ..... 19

**DAFTAR PUSTAKA ..... 21**

**LAMPIRAN ..... 22**

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Berita Acara Penerjunan Mahasiswa PPL
- Lampiran 2. Hasil Observasi Sekolah
- Lampiran 3. Hasil Observasi Kelas
- Lampiran 4. Matriks PPL individu
- Lampiran 5. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
- Lampiran 6. Laporan Mingguan Pelaksanaan KKN PPL
- Lampiran 7. Jadwal Mengajar dan Piket Harian Mahasiswa PPL
- Lampiran 8. Dokumentasi Pelaksanaan PPL
- Lampiran 9. Denah SMK Muhammadiyah 1 Moyudan
- Lampiran 10. Kartu Bimbingan
- Lampiran 11. Kalender Pendidikan SMK Muhammadiyah 1 Moyudan
- Lampiran 12. Daftar Nama Guru dan Karyawan SMK Muhammadiyah 1 Moyudan
- Lampiran 13. Jadwal Pelajaran di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan

## **PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN**

**Oleh :  
Tri Mardhiyana  
14511247018**

### **ABSTRAK**

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah bentuk pendidikan yang memberikan pengalaman mengajar bagi mahasiswa di lapangan. SMK Muhammadiyah 1 Moyudan sebagai salah satu lokasi PPL semester khusus 2015/2016. Kegiatan yang dilakukan dalam rangka PPL di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan antara lain: observasi lingkungan pembelajaran di kelas dan lingkungan fisik sekolah, persiapan mengajar, pembuatan rencana pembelajaran, kegiatan praktik mengajar di kelas, pembuatan media pembelajaran, evaluasi pembelajaran, analisis hasil evaluasi, dan pembuatan laporan sebagai kegiatan akhir dalam rangkaian Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan.

Mengenai mata pelajaran yang diajarkan sesuai dengan mata pelajaran yang dikuasai, yaitu Ilmu Gizi. Kegiatan PPL meliputi mengajar di kelas, pembuatan Rencana Pembelajaran, Pembuatan Media Pengajaran, Pelaksanaan penilaian. Dalam pelaksanaan PPL melaksanakan mengajar secara resmi minimal 4 kali, maksimal 6 kali dalam 5 minggu, yaitu mengajar di kelas X, dalam 1 minggu mengajar selama 1 kali tatap muka yang dilaksanakan selama 5 minggu, setiap minggunya sebanyak 5 jam pelajaran (5 x 45 menit). Rencana Pembelajaran dibuat untuk kelas X dibuat dalam format menggunakan sistem Kurikulum 2013..

Berdasarkan pelaksanaan tugas praktik mengajar yang telah dilakukan mahasiswa PPL dapat menarik kesimpulan sebagai berikut : (1)Praktik mengajar telah memberikan pengetahuan tersendiri bagi mahasiswa PPL dalam menghadapi siswa yang memiliki beragam karakter, latar belakang dan kemampuan masing-masing. (2)Mahasiswa PPL memperoleh pengalaman mengajar secara langsung dan nyata tentang kondisi kelas tentang bagaimana mengelola kelas dengan sifat murid yang berbeda-beda dan juga metode penyampaian materi yang tepat agar materi mudah diserap siswa. (3)Mahasiswa PPL juga dapat mengaplikasikan ilmu yang telah didapatnya dibangku perkuliahan dan sumber belajar lainnya ke dalam praktik mengajar yang dilakukan di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan. (4)Kegiatan partisipasi yang dilakukan mahasiswa PPL memberikan pengalaman mahasiswa tentang bagaimana tata cara atau etika bersosialisasi dengan semua warga sekolah.

**Kata Kunci:** Praktik Pengalaman Lapangan, SMK Muhammadiyah 1 Moyudan



## **BAB I PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan proses pencarian ilmu dari yang sebelumnya tidak tahu menjadi tahu. Pendidikan merupakan kebutuhan wajib bagi warga negara di zaman modern ini. Negara mempunyai peran penting dalam menentukan kebijakan dan menciptakan pendidikan bagi warga negaranya. Hal ini sesuai dengan Undang-Undang Dasar 1945 sebagai dasar konstitusi bangsa. Kewajiban negara dalam bidang pendidikan ini dibagi menjadi 3 bagian, yaitu pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi. Kewajiban tersebut akan menghasilkan warga negara yang mempunyai kualitas sumber daya yang tinggi.

Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) sebagai pencetak calon pendidik atau guru mempunyai tugas untuk menyiapkan dan menghasilkan tenaga pengajar atau tenaga pendidik yang terampil di bidangnya. UNY dalam menyiapkan tenaga pendidik ini di bawah tanggungan setiap fakultas yang ada, yaitu Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP), Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK), Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA), Fakultas Ilmu Sosial (FIS), Fakultas Bahasa dan Seni (FBS), Fakultas Ekonomi (FE) dan Fakultas Teknik (FT). Khusus di Dunia Industri, tenaga pengajarnya difokuskan pada FT, karena mahasiswa yang tercetak mempunyai *skill* dan kreatifitas yang tinggi di bidang industri.

Pengajar yang merupakan hal penting dalam proses penyiapannya, Fakultas Teknik UNY berusaha membekali setiap mahasiswanya dengan seluruh ilmu dan kemampuan yang harus dimiliki seorang guru, yaitu mulai dari kompetensi profesional, sosial, kepribadian dan pedagogik atau kependidikan. Kompetensi yang harus diwujudkan tersebut FT UNY menerjunkan langsung mahasiswanya ke dunia pendidikan. Program seperti ini lebih dikenal dengan Praktik Pengalaman Lapangan.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah salah satu program yang dirancang dan dilakukan untuk melatih keterampilan seorang calon guru. Praktik Pengalaman Lapangan inilah seorang calon pendidik dilatih dan diterjunkan untuk lebih berkompeten dalam bidang pendidikan baik dari segi kemampuan pemberian/penyampaian materi, kemampuan pengelolaan kelas, kemampuan administrasi, rancangan pembelajaran, rancangan media yang digunakan, kemampuan menggunakan model pembelajaran, strategi pembelajaran maupun kemampuan evaluasi di setiap pertemuannya dengan objek siswa secara nyata di kehidupan sekolah.

Mahasiswa setelah lulus *micro teaching* dan melakukan pendaftaran, pada program PPL 2015, penulis memilih dan mendapatkan tempat pelaksanaan program PPL di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan yang beralamat di Jl. Godean – Ngapak 15, Gedongan, Sumberagung, Moyudan, Sleman, Yogyakarta.



SMK Muhammadiyah 1 Moyudan merupakan salah satu sekolah yang dijadikan target sasaran PPL oleh UNY. Sekolah SMK Muhammadiyah 1 Moyudan yang menjadi sasaran, diharapkan setelah program PPL, sekolah tersebut akan lebih aktif dan kreatif dalam menghadapi perubahan kebijakan pendidikan. Mahasiswa diharapkan dapat membantu memberikan bantuan pemikiran, tenaga, dan ilmu pengetahuan dalam merencanakan dan melaksanakan program pengembangan sekolah sehingga dapat meningkatkan mutu pendidikan di sekolah tersebut.

#### **A. ANALISIS SITUASI**

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL di sekolah, setiap mahasiswa harus memahami terlebih dahulu lingkungan serta kondisi lokasi PPL. Oleh karena itu setiap mahasiswa baik secara individu maupun kelompok telah melakukan observasi di lokasi SMK Muhammadiyah 1 Moyudan. Dari hasil observasi itulah maka didapatkan gambaran mengenai situasi serta kondisi SMK Muhammadiyah 1 Moyudan yang terletak di Gedongan, Sumberagung, Moyudan, Sleman, Yogyakarta.

SMK Muhammadiyah 1 Moyudan memiliki 4 jurusan atau kompetensi keahlian yaitu Teknik Kendaraan Ringan, Jasa Boga, Teknik Komputer & Jaringan dan Teknik Sepeda Motor. Dilihat dari segi fisik, sarana dan prasarana yang di sekolah ini sudah cukup memadai dan memenuhi syarat untuk menunjang proses pembelajaran. SMK Muhammadiyah 1 Moyudan memiliki fasilitas-fasilitas yang cukup memadai.

Berbagai sarana dan prasarana yang mampu menunjang proses pembelajaran antara lain sebagai berikut :

1. Kondisi Fisik Sekolah
  - a. Ruang kepala sekolah
  - b. Ruang tata usaha
  - c. Ruang guru
  - d. Ruang BP/BK
  - e. Ruang UKS putra
  - f. Ruang UKS putri
  - g. Ruang kelas
  - h. Ruang bengkel teknik otomotif
  - i. Ruang laboratorium teknik komputer & jaringan
  - j. Ruang KKPI
  - k. Ruang laboratorium jasa boga
  - l. Ruang laboratorium IPA
  - m. Masjid
  - n. Parkir kendaraan bermotor untuk guru





- o. Parkir sepeda/sepeda motor untuk siswa
  - p. Ruang piket guru jaga
  - q. Ruang gudang
  - r. Kantin
  - s. Lapangan upacara
  - t. Kamar mandi/WC
  - u. Perpustakaan
  - v. Pos SATPAM
  - w. Lapangan olah raga (sepak bola, basket, dll).
2. Kondisi non fisik sekolah
- a. Kondisi umum SMK Muhammadiyah 1 Moyudan

SMK Muhammadiyah 1 Moyudan memiliki *image* yang cukup baik di mata masyarakat. Sekolah juga sudah dikenal telah banyak mencetak lulusan- lulusan berprestasi dan banyak meraih juara di bidangnya.
  - b. Kondisi siswa

Dibanding dengan SMK lain, SMK Muhammadiyah 1 Moyudan bisa dibilang memiliki potensi akademik kesiswaan yang bagus. Ujian masuk memiliki standar yang cukup tinggi, siswa berprestasi difasilitasi dengan berbagai kegiatan ekstrakurikuler diantaranya: Paskibraka, Futsal, vollye, Basket, Kepanduan Hisbul Wathan, Seni Baca Al'Quran/Qi'roah, Beladiri, Stir Mobil, Tapak Suci, Komputer Grafis, *Web Desain* dan masih banyak kegiatan lainnya untuk mendukung kegiatan siswa di luar jam pelajaran, sehingga banyak prestasi dalam bidang keteknikan yang diraih.
  - c. Media dan Sarana Pembelajaran.

Siswa yang berpotensi yang unggul, lulusan yang baik SMK Muhammadiyah 1 Moyudan juga didukung oleh sarana dan prasarana yang cukup memadai yang sepenuhnya bertujuan untuk mendukung kelancaran proses pembelajaran siswa. Beberapa hal yang dapat diamati antara lain:

    - 1) Dengan jumlah kurang lebih 850 siswa, dan mempunyai 77 tenaga pendidik yang profesional dalam mendidik peserta didiknya, terdiri dari:
      - a) PNS Tetap 17 orang
      - b) PNS Tidak Tetap 10 orang
      - c) Non PNS Tetap 50 orang
    - 2) Sejak kelas satu, sudah dilakukan penjurusan, sehingga siswa mendapatkan materi yang sesuai dengan standar kompetensi jurusan mereka.
    - 3) Sekolah memiliki Bursa Kerja Khusus yang memfasilitasi lulusan SMK Muhammadiyah 1 Moyudan untuk mencari pekerjaan atau untuk melanjutkan bidang studi mereka.



- 4) Kegiatan wajib yang dilakukan siswa kelas 1 yakni Hisbul Wathan yang rutin dilakukan setiap hari Jum'at sesuai pelajaran di sekolah.

d. Perpustakaan

Secara umum, pengelolaan perpustakaan sudah baik. Didukung dengan beberapa staff dan karyawan sehingga pengelolaan ruang, koleksi buku, dan buku paket pembelajaran yang dipinjamkan ke siswa dapat terkoordinasi dengan baik.

Koleksi buku yang dimiliki cukup banyak, dan tidak hanya koleksi buku dalam bidang keteknikan saja. Kebanyakan buku-buku sifatnya berisi rangkuman pengetahuan umum, fisik dan buku bacaan ringan seperti novel, majalah, koran, dll.

Perpustakaan di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan dilengkapi dengan banyak buku yang bersifat keagamaan, seperti akhlak, aqidah, tarikh, kemuhammadiyah, dan lain-lain.

e. Laboratorium dan Bengkel

SMK Muhammadiyah 1 Moyudan telah memiliki beberapa laboratorium praktik, seperti Laboratorium Teknik Komputer & Jaringan, Ruang KKPI, Laboratorium Jasa Boga, Laboratorium IPA, Laboratorium Bahasa Inggris dan Bengkel Teknik Otomotif.

f. Lingkungan Sekolah

Secara umum, kondisi dan lokasi sekolah sudah baik dan strategis. Karena letak sekolah berada di pinggir jalan raya memudahkan siswa dalam memilih transportasi. Lokasinya yang berada di sekitar persawahan diharapkan kondusif untuk kegiatan pembelajaran. Posisi dan kondisi sekolah sudah baik dan masih dalam tahap pembangunan untuk salah satu ruangan.

g. Fasilitas olahraga

SMK Muhammadiyah 1 Moyudan sudah cukup lengkap dan memadai. Selain sudah dilengkapi lapangan dan peralatan olahraga, setiap siswa berprestasi dan memiliki minat dalam bidang keolahragaan juga difasilitasi dan didukung dengan kegiatan ekstrakurikuler keolahragaan yang akan disalurkan pada turnamen-turnamen atau kegiatan perlombaan antar sekolah baik di tingkat kota, propinsi maupun nasional. Olahraga yang sering menjuarai lomba yaitu futsal.

h. Ruang kelas

Sebagian besar ruang kelas telah memenuhi standar dengan pengelolaan dan perawatan yang baik serta fasilitas yang lengkap untuk belajar mengajar. Ruang kelas dilengkapi dengan rak buku untuk



penyimpanan Al-Qur'an, meja guru, papan tulis, white board, LCD *projector*, papan mading, meja dan kursi siswa serta alat kebersihan kelas.

i. Tempat Ibadah

SMK Muhammadiyah 1 Moyudan memiliki masjid yang cukup besar dengan keadaan lingkungan yang terawat dan bersih. Fasilitasnya juga cukup lengkap, seperti : tempat wudhu, kamar mandi, sound system, jam dinding, kipas angin, almari, Al-Qur'an, buku-buku bacaan, kotak amal, tempat sampah, dll.

j. Kegiatan kesiswaan (Ekstrakurikuler)

Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bertujuan untuk meningkatkan prestasi siswa di luar keakademikan. Kegiatan yang dilakukan antara lain Pramuka, Bola Vollye, Basket, Badminton, Rohis, Tapak Suci dll. Bidang/jenis kegiatan ekstrakurikuler tersebut telah terorganisasi dengan baik.

k. Bimbingan Konseling

SMK Muhammadiyah 1 Moyudan sudah memiliki ruang BK (Bimbingan Konseling) sendiri yang cukup terawat dengan baik. Secara struktural dan prosedural juga sudah terorganisasi dengan baik untuk dapat mendukung ketertiban kegiatan pembelajaran.

Berdasarkan dari hal tersebut kelompok PPL berusaha untuk dapat mengoptimalkan potensi dari fasilitas yang sudah ada dan membantu menggali dan mengembangkan potensi siswa. Upaya ini tentu saja harus mendapatkan bantuan dan dukungan dari pihak sekolah, masyarakat dan universitas.

## **B. PERUMUSAN PROGRAM DAN RANCANGAN KEGIATAN PPL**

Rangkaian kegiatan PPL dimulai sejak di kampus, yaitu pada saat para mahasiswa melakukan *micro teaching* sampai dengan di sekolah tempat PPL. Kegiatan *micro teaching* dilaksanakan mulai bulan Februari 2015 dan pelaksanaan PPL sendiri dimulai tanggal 10 Agustus sampai 12 September 2015. Sebelum melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) perlu adanya rancangan secara matang mulai dari persiapan hingga dilakukan praktik mengajar. Hal ini dimaksudkan untuk mencapai hasil yang maksimal sehingga diperlukan rancangan jauh-jauh hari sebelum pelaksanaan praktik mengajar. Rancangan kegiatan PPL adalah sebagai berikut :

### **1. Rancangan Program Pelaksanaan Teori**

PPL yang dilaksanakan mahasiswa UNY merupakan kegiatan kependidikan intrakurikuler. Namun, dalam pelaksanaannya melibatkan banyak unsur yang terkait. Pelaksanaan PPL dapat berjalan lancar dan sesuai dengan



tujuan yang telah ditetapkan untuk itu diperlukan adanya persiapan yang matang dari berbagai pihak yang terkait, yaitu mahasiswa, dosen pembimbing, sekolah atau instansi tempat PPL, guru pembimbing serta komponen lain yang terkait dengan pelaksanaan PPL. SMK Muhammadiyah 1 Moyudan memberikan kesempatan praktikan untuk memanfaatkan peluang seluas-luasnya dalam melakukan PPL, oleh karena itu kelas X dan XI Jasa Boga dipilih untuk melakukan praktik mengajar. Metode pembelajaran yang digunakan dengan menggunakan *Inquiry*, *STAD*, *Jigsaw*, *Simulasi* dengan media *LCD Projector*, video, papan tulis dan unit alat peraga sesuai pelajaran yang diajarkan.

Rancangan ini bertujuan untuk menentukan apa saja yang harus dipersiapkan sebelum PPL dilaksanakan, yaitu :

**a. Observasi**

Penyerahan mahasiswa PPL UNY untuk keperluan observasi dilakukan pada tanggal 24 Februari 2015, kemudian untuk pelaksanaan observasinya dilaksanakan pada 25 Februari 2015. Penyerahan ini dihadiri oleh seluruh mahasiswa peserta PPL dan Dosen Pembimbing Lapangan (DPL), Koordinator PPL SMK Muhammadiyah 1 Moyudan, Kepala Sekolah dan Guru Pembimbing PPL SMK Muhammadiyah 1 Moyudan. Observasi yang dilaksanakan meliputi observasi fisik dan observasi pembelajaran di kelas. Pada observasi kelas, mahasiswa PPL mengamati bagaimana perilaku siswa pada saat guru menerangkan materi yang sedang diajarkan. Lamanya observasi disesuaikan dengan kebutuhan mahasiswa sendiri, dengan persetujuan pejabat sekolah yang berwenang. Hal-hal yang menjadi fokus kegiatan observasi sebagai berikut :

- 1) Lingkungan sekolah.
- 2) Proses pembelajaran.
- 3) Perilaku dan gerak guru.
- 4) Perilaku atau kegiatan siswa.
- 5) Administrasi persekolahan.
- 6) Fasilitas pembelajaran dan pemanfaatannya.

Format Observasi (terlampir).

**b. Menyusunan Perangkat Mengajar Teori**

Perangkat mengajar teori yang dibuat meliputi :

- Tujuan : Untuk melaksanakan proses pembelajaran sesuai dengan standar kompetensi keahlian
- Sasaran : Siswa kelas X dan XI
- Program kegiatan :1) RPP  
2) Materi



3) Pelaksanaan

4) Evaluasi

5) Analisis Pelaksanaan

Waktu Pelaksanaan : 10 Agustus - 12 September 2014

Dalam perumusan program mengajar, teori dasarnya adalah hasil observasi yang dilakukan dengan kegiatan pengamatan proses pembelajaran dan saran yang dimiliki oleh SMK Muhammadiyah 1 Moyudan. Dasar-dasar tersebut digunakan untuk penyusunan program mengajar teori. Dalam pelaksanaan program diutarakan mengenai sub bab yang akan dibahas dalam bab berikutnya. Sedangkan uraian dari program yang direncanakan adalah sebagai berikut :

### **1) Tujuan Program Kegiatan**

#### **a) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)**

Sebagai persiapan mengajar di kelas harus membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang disesuaikan dengan silabus. Dalam penyusunan RPP, praktikan mengkonsultasikan dengan guru pembimbing. RPP dibuat untuk satu kali pertemuan atau disesuaikan dengan kebutuhan. Hal ini dimaksudkan agar proses pembelajaran dapat berjalan sesuai rencana atau tidak menyimpang dari kurikulum yang ada. RPP yang dibuat menggunakan kebijakan kurikulum 2013.

#### **b) Persiapan Materi Ajar**

Materi mengajar harus dipersiapkan sedemikian rupa agar pada saat melakukan praktik mengajar, praktikan dapat tampil dengan tenang dan maksimal karena telah menguasai materi yang akan disampaikan. Media pembelajaran merupakan salah satu faktor penunjang keberhasilan suatu proses pembelajaran. Metode dan media yang diajarkan tergantung pada materi yang diajarkan agar lebih optimal dalam penyampaian.

#### **c) Pelaksanaan Praktik Mengajar di Kelas**

Pada saat praktik mengajar, praktikan melaksanakan praktik mengajar terbimbing dan mandiri dengan dibimbing oleh guru pembimbing.

#### **d) Evaluasi**

Pada saat praktik mengajar, praktikan melaksanakan evaluasi guna mengetahui sejauh mana ketuntasan belajar siswa serta ketercapaian tujuan pembelajaran.

### **2) Input Program**

Input program yaitu segala bentuk sarana, proses belajar mengajar dan dalam analisis situasi yang di dalamnya mengandung uraian data fisik



sekolah, sejarah berdirinya sekolah, profil sekolah, visi dan misi sekolah, program pendidikan dan pelaksanaannya, kondisi fisik sekolah, potensi siswa, potensi guru, fasilitas pembelajaran dan media pembelajaran, bidang akademik, kegiatan siswa. Kesemua rangkaian observasi tersebut dapat dirumuskan menjadi :

a) Siswa

Potensi siswa merupakan hal utama yang dimiliki suatu sekolah. Kualitas siswa yang dimiliki oleh suatu sekolah akan menjadi faktor keberhasilan kegiatan pembelajaran, juga mempengaruhi hasil pendidikan yang ingin dicapai serta kualitas sekolah. Siswa termasuk salah satu faktor yang menjadi pertimbangan terhadap proses dan *output* yang dihasilkan. Semakin tinggi tingkat kecerdasan siswa akan sangat berpengaruh terhadap proses jalannya kegiatan pembelajaran. Dalam hal ini siswa termasuk dalam *input* program karena sasaran dari program mengajar teori adalah siswa khususnya di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan.

b) Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana disini merupakan fasilitas penting dan mendukung dalam membentuk dan terbentuknya lingkungan belajar yang efektif terhadap hasil belajar yang akan dicapai.

Sarana dan prasarana disini merupakan uraian dari hasil observasi yang telah dijabarkan dalam uraian analisis situasi. Fasilitas tersebut diantaranya :

- Ruang kelas teori yang digunakan untuk proses pembelajaran harus memenuhi syarat dan mempunyai daya tampung siswa dalam satu kelas yaitu 40 siswa.
- Fasilitas penunjang seperti, *LCD projector*, *white board*, spidol, dan media pendukung lain, yang berfungsi untuk menunjang penyampaian materi yang akan diberikan kepada siswa.

**3) Persiapan Program Mengajar Teori**

Persiapan program mengajar teori termasuk didalamnya sub kegiatan program mengajar teori yang akan dibahas di dalam BAB II, diantaranya yaitu penyusunan RPP, persiapan materi ajar, media pembelajaran yang digunakan untuk mendukung jalannya program mengajar teori.

**4) Pelaksanaan Program Mengajar Teori**

Pelaksanaan program mengajar teori diberikan kepada siswa kelas X dan XI untuk jurusan Jasa Boga yang dilaksanakan mulai dari tanggal 10 Agustus 2015 sampai selesai yaitu tanggal 14 September 2015.





Selama proses pelaksanaan semua kegiatan mengajar baik secara terbimbing ataupun mandiri dilaksanakan. Di akhir pembelajaran dilaksanakan evaluasi dengan mengambil nilai harian untuk mengetahui sejauh mana penyerapan materi yang telah diberikan dan mengetahui apakah metode yang digunakan sudah sesuai atau belum dan melihat hasilnya, apakah sudah baik atau belum.

#### **5) Output Program Mengajar Teori**

Keluaran atau *output* yang diharapkan adalah tercapainya hasil belajar yang telah menjadi target ketercapaian kurikulum yaitu KKM dengan kriteria minimal 75. Adapun *output* utama yaitu memberikan bekal kepada siswa agar apa yang disampaikan dapat bermanfaat hingga setelah mereka lulus dari bangku sekolah.

#### **6) Hasil Program Teori**

Hasil program mengajar teori digunakan untuk mengetahui seberapa besar penyerapan materi oleh siswa, dan hasil ini digunakan untuk penyusunan laporan PPL yang juga sebagai bukti bahwa pelaksanaan PPL telah dilaksanakan.

#### **7) Persiapan Program Mengajar Praktik**

Persiapan program mengajar praktik termasuk didalamnya sub kegiatan program mengajar teori yang akan dibahas di dalam BAB II, diantaranya yaitu penyusunan RPP, persiapan materi ajar atau *jobsheet*, media pembelajaran yang digunakan untuk mendukung jalannya program mengajar teori.

#### **8) Pelaksanaan Program Mengajar Praktik**

Pelaksanaan program mengajar teori dilaksanakan mulai dari tanggal 10 Agustus 2015 sampai tanggal 14 September 2015. Selama proses pelaksanaan semua kegiatan mengajar baik secara terbimbing ataupun mandiri. Di akhir pembelajaran dilaksanakan evaluasi dengan mengambil nilai harian praktik untuk mengetahui sejauh mana penyerapan teori dan sejauh mana penerapannya dalam praktik secara riil serta mengetahui apakah metode yang digunakan sudah sesuai atau belum.

#### **9) Output Program Mengajar Praktik**

Keluaran atau *output* yang diharapkan adalah tercapainya hasil belajar yang telah menjadi target ketercapaian kurikulum yaitu KKM dengan kriteria minimal 75. Adapun *output* utama yaitu memberikan bekal kepada siswa agar apa yang disampaikan dapat bermanfaat hingga setelah mereka lulus dari bangku sekolah.



#### **10) Hasil Program Praktik**

Hasil program mengajar praktik digunakan untuk mengetahui seberapa besar penyerapan materi oleh siswa, dan hasil ini digunakan untuk penyusunan laporan PPL yang juga sebagai bukti bahwa pelaksanaan PPL telah dilaksanakan.



## BAB II

### PERSIAPAN, PELAKSANAAN, ANALISI HASIL

#### A. PERSIAPAN

Pelaksanaan kegiatan PPL dimulai tanggal 10 Agustus 2015 sampai dengan penarikan tanggal 14 September 2015. Sebelum pelaksanaan kegiatan PPL, terlebih dahulu disusun program berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada kegiatan pra PPL.

##### 1. Pengajaran Mikro

Pengajaran mikro merupakan tahap awal dari seluruh rangkaian PPL yang bertujuan untuk membentuk dan mengembangkan kompetensi dasar mengajar sebagai bekal praktik mengajar di sekolah atau lembaga pendidikan nantinya, selain itu ada tujuan umum ada juga tujuan khusus antara lain:

- Memahami dasar-dasar pengajaran mikro.
- Melatih mahasiswa menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
- Membentuk dan meningkatkan kompetensi dasar mengajar terpadu.
- Membentuk kompetensi kepribadian.
- Membentuk kompetensi sosial.

Praktik mikro dilaksanakan di kampus dimana meliputi praktik mengajar terbatas dengan mendapat pengarahan dan bimbingan dari dosen pembimbing. Jadwal pengajaran mikro seminggu sekali bertempat di Fakultas Teknik yang dilengkapi dengan fasilitas seperti: *LCD projector, white board*, serta didukung dengan ruangan ber AC, sehingga dapat menambah kenyamanan mahasiswa dalam melakukan kegiatan mikro. Setiap satu kelompok tadi akan ditempatkan di sekolah yang berbeda-beda areanya yaitu: kota Yogyakarta, Kabupaten Sleman, Bantul, Kolon Progo, Gunung Kidul, Malesia, serta daerah Jawa Tengah, seperti Klaten, Solo, Magelang, Kota Magelang dan Purworejo. Mungkin untuk PPL tahun-tahun selanjutnya dapat diperluas lagi tidak hanya di kota atau kabupaten tersebut, sehingga dapat menggali pengalaman yang lebih banyak.

Dalam Kegiatan mikro ada keterampilan dasar yang perlu dikuasai antara lain:

- Keterampilan membuka dan menutup pelajaran
- Keterampilan bertanya
- Keterampilan menjelaskan
- Variasi berinteraksi
- Memotivasi siswa
- Ilustrasi dan penggunaan contoh-contoh
- Teknik pengelolaan kelas
- Keterampilan berkomunikasi baik lisan maupun isyarat



- i. Keterampilan memberi penguatan
- j. Keterampilan menggunakan metode dan media pembelajaran
- k. Keterampilan menilai dan evaluasi

Setelah mengetahui keterampilan dasar yang harus dimiliki, kemudian mengenai materi dalam pengajaran mikro harus disesuaikan dengan bidang studi yang nantinya akan diajarkan di sekolah, tetapi masih dalam bidangnya, seperti dalam praktik pengajaran mikro mahasiswa diwajibkan membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), berisi tentang skenario materi yang akan diajarkan, RPP ini harus dikumpulkan sebelum mahasiswa tampil di depan. Mahasiswa memiliki waktu untuk tampil di depan sekitar 10 menit untuk teori dan 15 menit untuk praktik, tergantung kebijakan dosen pembimbing masing-masing kelompok. Setelah tampil kemudian teman-teman yang lain bertugas menjadi siswa dan memberikan tanggapan dan saran, serta diteruskan dengan tanggapan dari dosen pembimbing, selain itu dosen pembimbing juga memberikan kritik, saran dan motivasi pada mahasiswa agar selalu berusaha dengan baik dan belajar untuk mendapatkan hasil yang terbaik. Sehingga dapat disimpulkan manfaat pengajaran mikro antara lain:

- a. Mahasiswa menjadi lebih siap untuk melakukan kegiatan praktik pembelajaran di sekolah atau lembaga.
- b. Mahasiswa dapat melakukan refleksi diri atas kompetensinya dalam mengajar
- c. Mahasiswa menjadi semakin mengetahui profil guru atau tenaga kependidikan sehingga mahasiswa dapat berpenampilan sebagaimana mestinya seorang pengajar.

## **2. Kegiatan Observasi**

Observasi lapangan merupakan kegiatan pengamatan terhadap berbagai karakteristik, komponen pendidikan serta norma yang berlaku di sekolah. Hal ini dilakukan dengan pengamatan ataupun wawancara dengan tujuan agar mahasiswa memperoleh gambaran yang nyata tentang praktik mengajar dan lingkungan sekolah. Observasi ini meliputi 2 hal, yaitu :

### **a. Observasi pembelajaran di kelas**

Dalam observasi ini mahasiswa PPL secara langsung mengamati proses pembelajaran di kelas. Proses tersebut meliputi bagaimana cara guru membuka pelajaran, menyajikan materi, menggunakan waktu atau alokasi waktu, menggunakan bahasa, gerak, memotivasi siswa, menggunakan media, menutup pelajaran, metode pembelajaran, teknik penguasaan kelas, dan teknik bertanya. Selain itu juga dilakukan observasi terhadap perilaku siswa di dalam dan di luar kelas.



Dari observasi yang dilakukan, mahasiswa PPL mendapatkan gambaran yang jelas bagaimana bentuk nyata cara menghadapi siswa dan mengelola kelas. Hasil pengamatan tersebut dijadikan bahan masukan bagi mahasiswa PPL untuk menentukan langkah-langkah yang akan ditempuh dalam pelaksanaan praktik mengajar nantinya. Meskipun hasil yang dapat dicapai dalam kegiatan ini hanya bersifat umum dan kurang mendetail, tetapi sudah cukup memberikan gambaran tentang kegiatan pembelajaran di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan.

Kegiatan observasi pembelajaran dilakukan sebelum pelaksanaan PPL. Hal ini dimaksudkan agar praktikan mendapat gambaran awal mengenai kondisi dan situasi komunitas sekolah. Dalam kegiatan observasi pembelajaran, aspek-aspek yang diamati meliputi :

- 1) Perangkat Pembelajaran
  - a) Silabus Pembelajaran
  - b) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
- 2) Proses Pembelajaran
  - a) Membuka Pelajaran
  - b) Penyajian Materi
  - c) Metode Pembelajaran
  - d) Penggunaan Bahasa
  - e) Alokasi Waktu
  - f) Gerak
  - g) Cara Memotivasi Siswa
  - h) Teknik Bertanya
  - i) Teknik Menguasai Kelas
  - j) Penggunaan Media
  - k) Bentuk dan Cara Evaluasi
  - l) Menutup Pelajaran
- 3) Perilaku Siswa
  - a) Di luar Kelas
  - b) Di dalam Kelas

Berdasarkan fakta-fakta hasil observasi di kelas, maupun sekolah praktikan kemudian memberikan deskripsi singkat, yang kemudian disampaikan dalam bentuk laporan.

#### **b. Obsevasi lingkungan fisik sekolah**

Kegiatan observasi lingkungan fisik sekolah bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang situasi dan kondisi sekolah yang bersangkutan. Obyek yang dijadikan sasaran observasi fisik sekolah meliputi:



- 1) Letak dan lokasi gedung sekolah
- 2) Kondisi ruang kelas
- 3) Kelengkapan gedung dan fasilitas yang menunjang kegiatan Pembelajaran

Observasi lapangan merupakan kegiatan pengamatan dengan berbagai karakteristik komponen pendidikan, iklim dan norma yang berlaku di lingkungan sekolah tempat PPL. Pengenalan lapangan ini dilakukan dengan cara observasi langsung dan wawancara dengan pihak sekolah. Observasi lingkungan fisik sekolah antara lain pengamatan pada :

- 1) Administrasi sekolah
- 2) Fasilitas pembelajaran dan manfaatnya
- 3) Sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah
- 4) Lingkungan fisik di sekitar sekolah

### **3. Pembekalan PPL**

Sebelum terjun ke lapangan dalam rangka PPL, diperlukan kesiapan diri baik fisik, mental, maupun materi yang nantinya dibutuhkan dalam pelaksanaan PPL. Oleh karena itu, selain praktik pengajaran mikro, pembekalan yang dilakukan ini juga menjadi persyaratan khusus untuk bisa mengikuti PPL atau terjun ke lokasi di semester khusus ini. Oleh karena itu bagi mahasiswa yang belum mengikuti pembekalan tidak diperbolehkan terjun ke lokasi PPL.

## **B. PELAKSANAAN PPL**

### **1. Praktik Mengajar Terbimbing**

Praktik mengajar terbimbing adalah praktik mengajar dimana praktikan masih mendapat arahan pada proses pembelajaran yang meliputi Silabus, RPP, Media Pembelajaran, Alokasi waktu, dan pendampingan saat mengajar di dalam kelas. Dalam praktik terbimbing ini semua praktikan mendapat bimbingan dari guru bidang studinya masing-masing.

Bimbingan dilaksanakan sebelum praktikan mengajar di lapangan dan waktu mengajar yaitu saat siswa memulai tahun ajaran baru. Setiap praktikan menyelesaikan tugas mengajar, akan dilakukan evaluasi oleh guru pembimbing.

### **2. Praktik Mengajar Mandiri**

Dalam praktik mengajar mandiri, dilaksanakan praktik mengajar yang sesuai dengan program yang sudah direncanakan sebelumnya pada Bab I dan sesuai dengan bidang ajar guru di dalam kelas secara penuh. Program praktik mengajar mandiri terdiri dari 2 pokok kegiatan yaitu :





**a. Program Mengajar Teori**

**1) Tujuan program mengajar teori**

Tujuan program mengajar teori yaitu untuk melaksanakan proses pembelajaran sesuai dengan standar kompetensi keahlian. Adapun materi yang diberikan bervariasi sesuai dengan kompetensi yang telah ditetapkan jurusan masing-masing.

**2) Sasaran program mengajar teori**

Sasaran program pengajaran diberikan untuk semua tingkat kelas yaitu kelas X dan XI sesuai dengan mata pelajaran yang telah diambil dalam KRS.

**3) Pelaksanaan program mengajar teori**

SMK Muhammadiyah 1 Moyudan menggunakan sistem blok dalam proses pembelajarannya, untuk blok pertama adalah blok teori yang dilaksanakan di ruang teori, setelah teori dalam materi tersebut selesai, blok kedua adalah blok praktik yang dilakukan di ruang praktik.

Mahasiswa memulai praktik ini pada pertemuan ke satu hingga program PPL berakhir, praktikan melakukan proses belajar mengajar tanpa dibantu oleh guru pembimbing. Peran guru pembimbing adalah sebagai pemantau proses pengajaran praktikan serta sebagai pembimbing jika mahasiswa menemui kesulitan dalam mengajar.

Dalam proses mengajar teori kelas yang diajar yaitu kelas X dan XI. Adapun kegiatan praktik mengajar teori meliputi

**a) Membuka pelajaran**

- Salam pembuka
- Apersepsi
- Memberikan motivasi

**b) Pokok pembelajaran**

- Menyampaikan kompetensi yang harus dicapai
- Menyampaikan materi
- Memberikan kesempatan siswa bertanya
- Menjawab pertanyaan siswa
- Memotivasi siswa untuk aktif dalam Pembelajaran

**c) Menutup pelajaran**

- Memberi umpan balik pada siswa
- Memberikan evaluasi
- Salam penutup



Sedangkan waktu pelaksanaan praktik mengajar menyesuaikan dengan jam pembimbing PPL di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan (jadwal mengajar terlampir).

#### **4) Evaluasi program mengajar teori**

Evaluasi dilaksanakan setelah siswa mendapatkan materi di setiap pembelajaran. Evaluasi dilakukan untuk mengukur tingkat kemampuan siswa dalam menerima materi yang diberikan. Adapun evaluasi juga terdapat dalam RPP yang bisa dilakukan setelah pemberian materi untuk tugas rumah atau tugas harian. Jenis evaluasi yang digunakan yaitu jenis esai dan pilihan ganda, fungsinya untuk meminimalisir adanya kecurangan dalam pelaksanaan evaluasi, juga untuk mengukur seberapa besar pemahaman yang sudah diterima oleh siswa.

#### **5) Analisis pelaksanaan program mengajar teori**

Analisis dari pelaksanaan mengajar teori secara umum berjalan baik dan tidak ditemui kesulitan dalam penyampaian materi ajar, hanya saja ada siswa yang masih kurang antusias pada saat pembelajaran. Namun hal ini mampu diatasi dengan melakukan variasi model pembelajaran, membuat media pembelajaran dengan lebih menarik, serta adanya refleksi di akhir pembelajaran, sehingga memotivasi siswa untuk mendapatkan hasil yang terbaik.

### **b. Umpan Balik Guru Pembimbing**

#### **1) Sebelum Praktik Mengajar**

Guru pembimbing memberikan arahan dalam penyusunan persiapan praktik baik sikap dan mental. Praktikan harus selalu aktif dalam konsultasi yang berfungsi untuk penerimaan masukan pada praktikan untuk bekal dalam penyampaian pelajaran di kelas.

#### **2) Sesudah Praktik Mengajar**

Dalam hal ini guru pembimbing diharapkan memberikan gambaran tentang perubahan/kemajuan mengajar praktikan, memberi arahan, masukan dan saran baik secara visual, materi maupun mental serta evaluasi bagi praktikan.

#### **3) Penyusunan Laporan**

Kegiatan penyusunan laporan dilakukan pada minggu terakhir bagi kegiatan PPL setelah praktik mengajar mandiri. Laporan ini berfungsi sebagai pertanggung jawaban atas pelaksanaan program PPL.

#### **4) Evaluasi**

Evaluasi digunakan untuk mengetahui kemampuan yang dimiliki mahasiswa serta pengembangan dan peningkatannya dalam pelaksanaan PPL, maupun untuk mendatang.



### 5) Penarikan

Penarikan mahasiswa PPL dilakukan sesuai kebijakan kampus pada tanggal 14 September 2015 oleh pihak UPPL yang diwakilkan pada DPL masing-masing.

## C. ANALISIS HASIL

Selama praktik mengajar di kelas, mahasiswa PPL telah mencoba beberapa metode antara lain ceramah, tanya jawab, diskusi, pemberian tugas, refleksi, video, *STAD*, simulasi dan *jigsaw*. Dari metode-metode tersebut yang terlihat paling disukai siswa saat belajar adalah metode video dan *refleksi*. Hal ini dikarenakan metode tersebut dapat membuat siswa langsung memiliki pengalaman dalam pembelajaran. Sedangkan metode yang dianggap kurang disukai adalah ceramah monoton. Hal ini dikarenakan metode ceramah cenderung membuat siswa bosan, mengantuk, dan kurang bersemangat dalam belajar. Sehingga metode ceramah tidak cocok untuk diterapkan kepada siswa.

Evaluasi pembelajaran dilakukan melalui prosedur penilaian proses, yaitu tugas-tugas yang dikerjakan siswa selama pembelajaran serta sikap dan perilaku siswa.

Dalam pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), Koordinator PPL, guru pembimbing mata pelajaran, dan guru kelas memberikan bimbingan secara langsung kepada praktikan, baik sebelum pengajaran berlangsung maupun setelah pelaksanaan pengajaran. Guru pembimbing memberikan kesempatan kepada praktikan untuk mengungkapkan hambatan yang dihadapi dalam melaksanakan pembelajaran yang berkaitan dengan teknis mengajar yang dilakukan praktikan dapat melakukan pengajaran yang lebih baik dan mengalami kemajuan dalam mengajar.

Selama praktik mengajar di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan, telah banyak yang praktikan dapatkan, antara lain bahwa seorang guru dituntut untuk lebih memahami setiap siswanya dengan berbagai watak, karakteristik, dan potensi masing-masing. Selain itu guru harus kreatif dan inovatif dalam mengembangkan metode pembelajaran, agar siswa tertarik untuk belajar, lebih bersemangat dan materi yang disampaikan dapat dengan mudah diterima oleh siswa.

Guru harus berperan sebagai fasilitator bagi siswa dalam menemukan konsepnya sendiri. Siswa diajak untuk mengenal dan berekspresi dalam setiap kegiatan di lingkungan sekolah dengan mengerahkan segala potensi yang ada pada diri siswa. Selain itu guru juga dituntut untuk dapat menanamkan nilai-nilai religius, serta *soft skill* pada siswa dalam setiap pembelajaran yang diberikan. Hal ini juga dalam rangka membentuk karakter siswa yang berakhlak mulia.



Permasalahan dan Cara Mengatasinya:

1. Hambatan dalam Praktik Mengajar

Secara umum tidak banyak hambatan yang dialami oleh mahasiswa PPL saat mengajar. Hanya saja ada beberapa siswa yang kurang antusias terhadap materi yang disampaikan karena lamanya jam pelajaran, yakni 11 jam pelajaran.

2. Usaha Mengatasi Hambatan

Menyiapkan model pembelajaran yang berbeda setiap pergantian jam dan dari hasil pengamatan siswa lebih menyenangi metode pembelajaran dengan menggunakan video sehingga digunakanlah metode ini untuk menyampaikan materi pembelajaran. Siswa diberi kesempatan untuk bertanya di luar jam pelajaran apabila terdapat materi yang kurang jelas.

#### **D. REFLEKSI**

Dengan adanya kegiatan PPL di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan, kita memperoleh banyak pengalaman, khususnya dalam lingkungan sekolah. Belajar untuk mengajar atau mentransfer ilmu yang kita punyai agar dengan mudah diterima oleh siswa. Guru bukan hanya sekedar mengajar, namun juga mendidik. Mendidik siswa agar selain mempunyai kemampuan atau keterampilan yang baik, juga memiliki kepribadian dan akhlak yang mulia. Kegiatan di sekolah tidak hanya sekedar mengajar tetapi memiliki kegiatan lain yang mendukung kelancaran kinerja di dalam sekolah. Selama melaksanakan PPL di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan terdapat beberapa kegiatan. Melalui kegiatan tersebut kita dapat melatih kerjasama dan sosialisasi dalam satu kelompok.



### **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Program PPL yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa PPL, mulai dari persiapan sampai dengan pembuatan laporan PPL telah memberikan manfaat bagi mahasiswa PPL yang dapat dijadikan bekal guna menjadi calon guru atau tenaga kependidikan yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang profesional.

Berdasarkan pelaksanaan tugas praktik mengajar yang telah dilakukan mahasiswa PPL dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Praktik mengajar telah memberikan pengetahuan tersendiri bagi mahasiswa PPL dalam menghadapi siswa yang memiliki beragam karakter, latar belakang dan kemampuan masing-masing.
2. Mahasiswa PPL memperoleh pengalaman mengajar secara langsung dan nyata tentang kondisi kelas tentang bagaimana mengelola kelas dengan sifat murid yang berbeda-beda dan juga metode penyampaian materi yang tepat agar materi mudah diserap siswa.
3. Mahasiswa PPL juga dapat mengaplikasikan ilmu yang telah didapatnya dibangku perkuliahan dan sumber belajar lainnya ke dalam praktik mengajar yang dilakukan di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan.
4. Kegiatan partisipasi yang dilakukan mahasiswa PPL memberikan pengalaman mahasiswa tentang bagaimana tata cara atau etika bersosialisasi dengan semua warga sekolah.

#### **B. SARAN**

##### **1. Pihak Sekolah**

- a. Kerja sama pihak sekolah dengan mahasiswa PPL hendaknya dapat dipertahankan dan dilanjutkan hingga tahun-tahun selanjutnya.
- b. Fasilitas dan media pembelajaran hendaknya dioptimalkan agar dapat menunjang kualitas pembelajaran dan memenuhi standar pendidikan yang ditentukan.

##### **2. Pihak Universitas Negeri Yogyakarta**

- a. Kerjasama yang baik antara Universitas Negeri Yogyakarta dan SMK Muhammadiyah 1 Moyudan kiranya dapat ditingkatkan lagi, antara lain dengan semakin banyaknya jumlah mahasiswa yang melaksanakan praktik PPL dan beragamnya jurusan asal mahasiswa praktik.
- b. Pihak Universitas Negeri Yogyakarta hendaknya mensosialisasikan secara jelas konsep PPL kepada mahasiswa maupun pihak sekolah. Hal tersebut



diharapkan akan menambah kesiapan diri mahasiswa saat berada di lapangan, serta pihak sekolah mampu mengerti konsep atau tujuan yang dikehendaki oleh pihak kampus. Dengan demikian diharapkan terjadinya sinergi yang baik dalam mencapai tujuan utama program PPL.

### **3. Mahasiswa Pelaksana PPL**

- a. Mahasiswa hendaknya lebih meningkatkan intensitas konsultasi antara Dosen Pembimbing Lapangan dan pihak sekolah agar terjadi komunikasi yang baik dengan pihak-pihak tersebut demi kelancaran pelaksanaan PPL.
- b. Pada saat melaksanakan praktik mengajar, penyampaian materi pembelajaran hendaknya menggunakan metode pembelajaran yang lebih komunikatif, kreatif dan meningkatkan daya serap siswa terhadap materi yang disampaikan.
- c. Media pembelajaran sebagai penunjang dalam proses pembelajaran hendaknya disiapkan oleh mahasiswa dengan lebih menarik, mengingat kebijakan kurikulum 2013 yang lebih menekankan kemandirian siswa.
- d. Hendaknya mahasiswa dapat meningkatkan kerjasama dan solidaritas dalam sebuah tim, sehingga semua program yang telah dirancang dapat terlaksana dengan baik dan maksimal.
- e. Mahasiswa dalam praktik mengajar lebih mengerti kondisi kelas, sehingga dapat menyampaikan materi secara serempak kepada seluruh siswa, mengingat jumlah siswa dalam satu kelas mencapai 30 siswa.





## **DAFTAR PUSTAKA**

\_\_\_\_\_, (2015). *Panduan PPL*. Universitas Negeri Yogyakarta : PP PPL dan PKL LPPMP

\_\_\_\_\_, (2015). *Panduan Pengajaran Mikro*. Universitas Negeri Yogyakarta : PP PPL dan PKL LPPMP

\_\_\_\_\_, (2015). *Materi Pembekalan Pengajaran Mikro/PPL I*. Universitas Negeri Yogyakarta : PP PPL dan PKL LP



**TIM PPL SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2015**

Alamat : Jl. Godean – Ngapak 15,  
Gedongan, Sumberagung, Moyudan, Sleman, Yogyakarta 55563

---

**LAMPIRAN**

# **LAMPIRAN 1**

Berita Acara Penerjunan  
Mahasiswa PPL

**BERITA ACARA PENERJUNAN MAHASISWA PPL  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA TAHUN 2015**

Hari, Tanggal : Selasa, 24 Februari 2015  
Pukul : 09.00 WIB  
Lokasi : SMK Muhammadiyah 1 Moyudan  
Halaman : 1  
Jumlah mahasiswa : 08  
Jumlah halaman : 1

No	Nama Mahasiswa	NIM	Prodi	Tanda Tangan
1	Deffry Antoni A	11511241020	Pendidikan Teknik Boga	
2	Fitri Wedaries	14511247017	Pendidikan Teknik Boga	
3	Krisni Budu W	11511241036	Pendidikan Teknik Boga	
4	Lala Try Astuti	12511249002	Pendidikan Teknik Boga	
5	Rahmawati Indah A	14511247019	Pendidikan Teknik Boga	
6	Tri Mardhiyana	14511247018	Pendidikan Teknik Boga	
7	Munawir Husin Umar	12520244047	Pendidikan Teknik Informatika	
8	Yazid Afifudin Abror	12520244008	Pendidikan Teknik Informatika	

**Dosen Pamong PPL**

**Dessy Irmawati,M.T  
NIP. 19791214 201012 2 002**

# **LAMPIRAN 2**

Hasil Observasi  
Sekolah



## HASIL OBSERVASI

### KONDISI SEKOLAH

SMK Muhammadiyah 1 Moyudan

Nama Sekolah : SMK Muhammadiyah 1 Moyudan

Alamat Sekolah : Gedongan, Sumberagung, Moyudan, Sleman,  
Yogyakarta

Tgl. Observasi : 25 Februari 2015

No	Aspek yang Diamati	Hasil Pengamatan
1	Kondisi Fisik Sekolah	Kondisi fisik SMK Muhammadiyah 1 Moyudan terdiri dari:  1. Tiga gedung utama (dua lantai), yaitu gedung bagian barat (ruang guru, ruang kepala sekolah, ruang administrasi, TU, UKS putri, dan kelas kompetensi keahlian TKJ), gedung bagian utara (perpustakaan, ruang BK, UKS putra, laboratorium TKJ, laboratorium KKPI, dan ruang kelas kompetensi keahlian TKR), gedung bagian selatan (ruang kelas kompetensi keahlian Jasa Boga). 2. Laboratorium kompetensi keahlian Jasa Boga. 3. Masjid dan aula sekolah (masih dalam pembangunan dua lantai)
2	Potensi Siswa	Potensi siswa sangat beragam, dengan adanya ekstrakurikuler yang diikuti siswa.
3	Potensi Guru	Terdapat 78 tenaga pendidik yang profesional dalam mendidik peserta didiknya, terdiri dari:  <ul style="list-style-type: none"><li>• PNS Tetap 17 orang</li><li>• PNS Tidak Tetap 11 orang</li><li>• Non PNS Tetap 50 orang</li></ul>

4	Potensi Karyawan	Karyawan memiliki potensi-potensi yang totalitas sesuai dengan tugas yang dibebankan.
5	Fasilitas KBM, Media	Fasilitas cukup memadai.
6	Perpustakaan	Terdapat satu perpustakaan yang digunakan sebagai sarana penunjang proses pembelajaran dan dikelola dengan sangat baik. Terdapat buku-buku pelajaran, modul, buku bacaan, serta majalah informatif yang menambah wawasan guru dan siswa.
7	Laboratorium	<p>Laboratorium yang terdapat di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ruang Bengkel Teknik Otomotif (TKR/TSM) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bengkel Kelistrikan Otomotif</li> <li>• Bengkel <i>Body/Chasis</i> dan Pemindahan Tenaga</li> <li>• Bengkel Mesin Otomotif</li> <li>• Bengkel Las Listrik dan <i>Acetylen</i></li> </ul> </li> <li>2. Ruang Laboratorium Teknik Komputer dan Jaringan <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laboratorium Jaringan Komputer</li> <li>• Laboratorium Mekanik Teknik Elektro</li> <li>• Laboratorium Perbaikan dan Perawatan Komputer</li> <li>• Ruang KKPI</li> </ul> </li> <li>3. Ruang Laboratorium Jasa Boga <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ruang Praktik Dapur Latih dan Dapur Produksi</li> <li>• Ruang Praktik Tata Hidang</li> <li>• Ruang Praktik Mini Bar</li> </ul> </li> <li>4. Ruang Laboratorium Bahasa Inggris</li> <li>5. Ruang Laboratorium Fiska/Kimia/IPA</li> <li>6. Ruang Laboratorium Keterampilan Komputer</li> </ol>
8	Bimbingan Konseling	Terdapat satu ruang BP/BK yang sudah terorganisir dan berfungsi dengan baik sebagai sarana penunjang pembelajaran dan potensi siswa.

9	Bimbingan Belajar	Bimbingan belajar diberikan kepada siswa kelas XII yang bertujuan untuk menyiapkan siswa menghadapi UN, yaitu pelajaran matematika, bahasa Indonesia, dan bahasa Inggris. Dilaksanakan sesuai jadwal yang ditetapkan.
10	Ekstrakurikuler	Terdapat 11 ekstrakurikuler di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan, yaitu futsal, bola vollye, sepak bola, basket, kependuan Hisbul Wathan, paskibra, seni baca Al-Quran, setir mobil, beladiri, komputer grafis, <i>web design</i> .  Ekstrakurikuler dilaksanakan setiap hari Senin – Sabtu setelah jam pelajaran selesai.
11	Organisasi dan Fasilitas OSIS	Organisasi yang ada di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan adalah IPM (Ikatan Pelajar Muhammadiyah). Organisasi ini berjalan cukup baik. Namun ruang IPM sendiri tidak terurus dan tidak digunakan dengan baik.
12	Fasilitas UKS	Terdapat UKS putra dan UKS putri yang terpisah. Namun obat-obatan yang ada di UKS belum lengkap dan ruang UKS kurang terurus terutama UKS putri.
13	Administrasi Sekolah	Lembar administrasi dikelola di ruang TU, dan di setiap kelas juga terdapat daftar hadir siswa, serta laporan kemajuan kelas.
14	Karya Tulis Ilmiah Remaja	Beberapa siswa telah mengikuti lomba atau olimpiade antar sekolah.
15	Karya Ilmiah Guru	Karya ilmiah oleh guru belum tampak dan guru kurang termotivasi.
16	Koperasi Siswa	Untuk saat ini SMK Muhammadiyah 1 Moyudan belum mempunyai koperasi sekolah.
17	Tempat Ibadah	Terdapat masjid sekolah dan aula yang dijadikan dalam satu bangunan dua lantai (masih dalam pembangunan). Kapasitas masjid sangat luas, kelengkapan alat ibadah sudah memadai untuk menyediakan bagi siswa

		maupun guru, sarana air cukup baik dan memadai, bersih, dan rapi.
18	Kesehatan Lingkungan	Secara umum, kondisi dan lokasi sekolah sudah baik dan strategis. Karena letak sekolah berada di pinggir jalan raya memudahkan siswa dalam memilih transportasi.
19	Kantin Sekolah	Terdapat tiga kantin sekolah. Akan tetapi siswa masih sering jajan di luar sekolah karena kantin yang sempit dan menu yang kurang bervariasi.
20	Toilet Sekolah	Toilet sekolah cukup banyak dan tersebar di beberapa tempat. Namun tidak semua toilet dapat berfungsi dengan baik.
21	Parkir Guru	Tempat parkir cukup untuk menampung jumlah kendaraan guru.
22	Parkir Siswa	Tempat parkir siswa sebelumnya berada di depan ruang kelas, namun karena kurang kondusif dan mengganggu jalannya proses pembelajaran, maka dibangun tempat parkir siswa yang berada di sebelah selatan sekolah. Tempat parkir tersebut luas dan teduh serta dilengkapi dengan penjagaan keamanan.



# **LAMPIRAN 3**

Hasil Observasi Kelas

**FORMAT OBSERVASI**

**PEMBELAJARAN DI KELAS DAN**

**OBSERVASI PESERTA DIDIK**

Nama Mahasiswa : Tri Mardhiyana

No. Mahasiswa : 14511247018

Tgl. Observasi : 25 Februari 2015

Pukul : 07.00

Tempat Praktik : Ruang Kelas

Fak/Jur/Prodi : Teknik/Pend. T. Boga dan Busana/Pend. T. Boga

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	<b>Perangkat Pembelajaran</b>	
	1. Kurikulum	Sesuai kurikulum 2013 yang berlaku.
	2. Silabus	Mengacu pada kurikulum 2013.
	3. RPP	Ada RPP.
B	<b>Proses Pembelajaran</b>	
	1. Membuka pelajaran	<p>Guru masuk ke ruang kelas. Guru memberikan salam dan dilanjutkan dengan doa dan ucap syukur. Setelah itu guru melakukan presensi. Guru memberikan apersepsi dan mengulang teori yang sudah diberikan pada pertemuan yang lalu.</p> <p>Guru menginstruksikan siswa untuk mengumpulkan format kerja dan perlengkapan yang tidak diperlukan dalam pelajaran, yakni <i>handphone</i>.</p>
	2. Penyajian materi	Meninjau materi pada pertemuan sebelumnya. Materi yang disajikan sudah sesuai.
	3. Metode pembelajaran	Menggunakan metode ceramah dan diskusi.

	4. Penggunaan bahasa	Menggunakan bahasa Indonesia yang baku.
	5. Penggunaan waktu	Waktu yang digunakan adalah 5 jam pelajaran, setiap jamnya terdiri dari 45 menit. Waktu digunakan seefisien mungkin sesuai dengan jam pelajaran yang ditentukan.
	6. Gerak	Guru dalam memimpin pembelajaran tidak kaku sehingga dapat mengkondisikan siswa dengan baik.
	7. Cara memotivasi siswa	Guru memberikan penghargaan secara lisan agar siswa lebih percaya diri dan semangat dalam pelajaran.
	8. Teknik bertanya	Siswa dalam bertanya kepada guru dengan sopan, dengan tujuk jari bukan dengan berteriak.
	9. Teknik penguasaan kelas	Guru dapat mengkondisikan kelas dengan baik..  Sesekali guru berkeliling untuk memantau siswa.
	10. Penggunaan media	Guru menggunakan media yang sesuai dengan materi. Guru mampu menggunakan media dengan baik.
	11. Bentuk dan cara penilaian	Memberikan pertanyaan kepada siswa di tengah pembelajaran. Nilai yang diberikan berkisar antara 75-85. Nilai total diisi dengan nilai terendah, hal ini bertujuan untuk menentukan standar minimal uji kompetensi siswa.
	12. Menutup pelajaran	Penutup pelajaran dengan cara guru memberikan kesimpulan materi yang telah di bahas pada hari ini.  Guru menanyakan apakah ada siswa yang belum jelas dalam pembelajaran hari ini.



		Jika dirasa sudah cukup, guru memimpin doa penutup, guru menginstruksikan siswa untuk membersihkan area kerja masing-masing kelompok.
<b>C</b>	<b>Perilaku Siswa</b>	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	Siswa aktif dalam pembelajaran tentang apa yang belum diketahui.
	2. Perilaku siswa diluar kelas	Siswa jurusan jasa boga sangat sopan dan santun jika bertemu tamu atau guru. Siswa selalu menyapa dan berjabat tangan dengan guru atau tamu.

**Yogyakarta, 25 Februari 2015**

**Guru Pembimbing,**

**Pengamat,**

**Hanum Perdani S.Pd.T**  
**NBM. 1203 8812 1127713**

**Tri Mardhiyana**  
**NIM. 14511247018**

# LAMPIRAN 4

Matriks Individu



**MATRIK PROGRAM KERJA  
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2015**

NOMOR LOKASI :  
 NAMA SEKOLAH : SMK Muhammadiyah 1 Moyudan  
 ALAMAT SEKOLAH : Gedongan, Sumberagung, Moyudan, Sleman, Yogyakarta

NO	Program/Kegiatan PPL	Jumlah Jam per Minggu						Jumlah Jam
			I	II	III	IV	V	
	<b>PESIAPAN MENGAJAR</b>							
1	Observasi Kelas dan Peserta Didik							
	a. Persiapan	2						2
	b. Pelaksanaan	6						6
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut	2						2
2	Pembelajaran Silabus							
	a. Persiapan	2						2

	b. Pelaksanaan	6						6
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut	2						2
3	Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran							
	a. Persiapan	1	1	1	1	1		5
	b. Pelaksanaan	3	5	4	5	5		22
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut		3	3	3	2		11
4	Penyusunan Bahan Ajar							
	a. Persiapan	1	1	1	1	1		5
	b. Pelaksanaan	2	3	3	2	3		13
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut	1	1	1	1	1		5
5	Pembuatan Media Pembelajaran							
	a. Persiapan	3	3	3	3	3		15
	b. Pelaksanaan	2	2	2	2	2		10
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut	1	1	1	1	1		5

6	Konsultasi Persiapan Mengajar							
	a. Persiapan							
	b. Pelaksanaan	3	1	2	2	3		11
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut		1		1			2
	<b>PELAKSANAAN MENGAJAR</b>							
7	Praktik Mengajar							
	a. Persiapan		3	4	3	4	4	18
	b. Pelaksanaan		5	5	5	5	5	25
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut		2	2	2	2	2	10
8	Evaluasi Hasil Belajar Siswa							
	a. Persiapan		1	1	1	1	1	5
	b. Pelaksanaan		2	2	2	2	2	10
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut			1	1	1	1	4
9	Rekapitulasi Nilai Siswa							

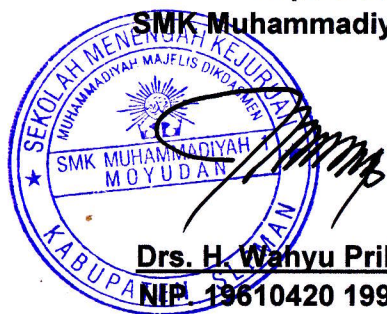
	a. Persiapan						
	b. Pelaksanaan		2	2	4	4	2
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut						
10	Pembuatan Laporan PPL						
	a. Persiapan						
	b. Pelaksanaan		2				2
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut		1	1	3	3	3
	Jumlah Jam	37	40	39	43	44	20
							223

Yogyakarta, 21 September 2015

Mengetahui/Menyetujui,

Dosen Pembimbing Lapangan

Yang membuat,



**Drs. H. Wahyu Prihatmaka, M.M.**  
NIP. 19610420 199003 1 004

**Dra. Yuriani, M.Pd.**  
NIP. 19540206 198203 2 001

**Tri Mardhiyana**  
NIM. 14511247018

# **LAMPIRAN 5**

Rencana Pelaksanaan  
Pembelajaran (RPP)



PERENCANAAN DAN PENGEMBANGAN PROSES PENDIDIKAN  
SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN

Disiapkan	Diperiksa	Disahkan
		
Staf	Staf	WAKA KUR

Satuan Pendidikan : SMK Muhammadiyah 1 Moyudan  
Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas / Semester : X / 1 dan 2  
Materi Pokok : Zat Gizi Sumber Pembangun  
Alokasi Waktu : 2 x (5 x 45) menit

**A. Kompetensi Inti (KI)**

KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya

KI 2 : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai) santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.

KI 3 : Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, dan prosedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya, dan humaniora dalam wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah

KI 4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung.

**B. Kompetensi Dasar dan Indikator**

**Kompetensi Dasar:**

- 1.1 Mensyukuri karunia Tuhan Yang Maha Esa, melalui menjaga dan melestarikan keutuhan jiwa, raga manusia serta lingkungan kerja sebagai tindakan pengamalan menurut agama yang dianutnya.
- 2.1 Memiliki motivasi internal dan menunjukkan rasa ingin tahu dalam menemukan dan memahami karakteristik dan jenis-jenis bahan makanan
- 3.1 Mendiskripsikan zat gizi sumber pembangun yang diperlukan tubuh.  
**Indikator Pencapaian Kompetensi:**
  - Menjelaskan tentang pengertian zat gizi sumber pembangun
  - Menyebutkan fungsi zat gizi sumber pembangun
- 4.1 Mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi pembangunan berdasarkan data  
**Indikator Pencapaian Kompetensi:**
  - Mengumpulkan kasus kekurangan zat gizi sumber pembangun
  - Menyimpulkan efek kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber pembangun

**C. Tujuan Pembelajaran**

- Melalui pembelajaran peserta didik dapat menjelaskan tentang pengertian zat gizi sumber pembangun protein

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 12 – 12 – 2011
Revisi ke : 1		Halaman : 1 / 5





**PERENCANAAN DAN PENGEMBANGAN PROSES PENDIDIKAN  
SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN**

- Melalui pembelajaran peserta didik dapat mengemukakan fungsi zat gizi sumber pembangun protein.
- Melalui pembelajaran peserta didik dapat menyimpulkan efek kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber tenaga protein
- Melalui pembelajaran power point contoh penyakit kekurangan zat gizi sumber pembangun peserta didik dapat mengumpulkan kasus kekurangan zat gizi sumber pembangun protein.

**D. Materi Pembelajaran (terlampir)**

1. Pengertian Sumber Zat Pembangun
2. Pengertian Protein
3. Fungsi Protein
4. Sumber Protein
5. Akibat Kekurangan Energi dan Protein
6. Tanda-tanda Kekurangan Energi dan Protein
7. Tipe-tipe Kekurangan Energi dan Protein
8. Akibat Kelebihan Protein
9. Kebutuhan Zat Pembangun

**E. Metode Pembelajaran**

**Pendekatan** : *Scientific*

**Strategi / Model** : *Inquiry Learning*

**Metode** : Ceramah, diskusi dan tanya jawab

**F. Media Pembelajaran dan Sumber Pembelajaran**

Media Pembelajaran :

- Power point (bahan tayang)
- Laptom
- LCD projector
- White Board
- Sepidol
- Penghapus

Sumber Pembelajaran :

- Sunita Almtsier. 2009. *Prisnsip Dasar ILMU GIZI*, Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama. Hal 77-104
- Tantri Miharti 2013. *Ilmu Gizi 1*, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan. Hal 75-106.

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 12 – 12 – 2011
Revisi ke : 1		Halaman : 2 / 5



G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran  
1. Pertemuan 2

Kegiatan	Deskripsi	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>Guru mengucapkan salam dengan ramah, membuka pelajaran dengan berdoa, dan mengabsen siswa.</li><li>Mempersiapkan materi ajar dan media pembelajaran.</li><li>Menanyakan kesiapan peserta didik untuk mengikuti proses pembelajaran.</li><li>Bertanya kepada siswa apakah mereka sering mengonsumsi susu, telur dan dagingkemudian mengaitkan dengan KD yang akan mereka pelajari yaitu mendiskripsikan zat gizi sumber zat pembangun yang diperlukan oleh tubuh. (<i>Apersepsi</i>)</li></ul>	15'
Inti	<p><b>ORIENTASI MASALAH</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Guru menayangkan video/gambar dari power point yang berkaitan dengan zat gizi sumber pembangun protein.</li><li>Siswa mengamati video/gambar dari power point yang berkaitan dengan zat gizi sumber pembangun protein.</li></ul> <p><b>PENGUMPULAN DATA DAN VERIFIKASI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Diskusi kelompok untuk mengumpulkan data terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang zat pembangun dengan menggunakan berbagai sumber.</li><li>Melalui mengamati video/gambar dan powerpoint, peserta didik menanyakan materi tentang zat gizi sumber pembangun yaitu: pengertian, jenis-jenis, komponen, dan kebutuhan zat gizi, fungsi zat gizi, sumber bahan makanan.</li></ul> <p>*guru menilai sikap siswa saat pembelajaran berlangsung</p> <p><b>MENGASOSIASI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Guru menugaskan siswa untuk berdiskusi tentang pengertian zat pembangun dan fungsi protein.</li><li>Mengolah dan menganalisis data hasil diskusi.</li><li>Menyimpulkan data hasil diskusi.</li></ul> <p><b>MENGANALISIS PROSES INKURI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Peserta didik membuat laporan dan hasil presentasi dikumpulkan.</li></ul> <p>*guru melakukan penilaian keterampilan siswa saat proses presentasi berlangsung.</p>	180'
Penutup	<ul style="list-style-type: none"><li>Siswa menanyakan hal-hal yang belum jelas</li><li>Siswa mengerjakan soal pos test</li><li>Guru membantu siswa menjelaskan hal-hal yang diragukan sehingga informasi menjadi benar dan tidak terjadi kesalah pahaman terhadap materi</li><li>Siswa dan guru bersma-sama menyimpulkan pembelajaran</li><li>Melaksanakan evaluasi</li><li>Guru menyampaikan materi yang akan dielajari pada pertemuan berikutnya yaitu tentang identifikasi dan</li></ul>	30'



PERENCANAAN DAN PENGEMBANGAN PROSES PENDIDIKAN  
SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN

	evaluasi kasus kekurangan sumber zat pembangun. <ul style="list-style-type: none"><li>• Menutup pelajaran dengan berdoa dan mengucapkan salam.</li></ul>	
--	--	--

2. Pertemuan 3

Kegiatan	Deskripsi	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Guru mengucapkan salam dengan ramah, membuka pelajaran dengan berdoa, dan mengabsen siswa.</li><li>• Mempersiapkan materi ajar dan media pembelajaran.</li><li>• Menanyakan kesiapan peserta didik untuk mengikuti proses pembelajaran.</li><li>• Bertanya kepada siswa tentang materi yang telah dipelajari pada pertemuan sebelumnya yaitu pengertian, jenis, fungsi, komponen pembentukan zat pembangun, sumber bahan makanan zat pembangun, efek kekurangan dan kelebihan zat pembangun kemudian mengaitkan dengan KD yang akan di pelajari yaitu mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi pembangunan berdasarkan data. (<i>Apersepsi</i>)</li></ul>	15'
Inti	<p><b>ORIENTASI MASALAH</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Guru memberikan video/gambar dan power point yang berkaitan dengan zat gizi sumber pembangun protein</li><li>• Siswa mengamati video/gambar dan power point yang berkaitan dengan zat gizi sumber pembangun protein.</li></ul> <p><b>PENGUMPULAN DATA DAN VERIFIKASI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Guru memberikan tugas kelompok untuk mengumpulkan data terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang zat pembangun (protein) dengan menggunakan berbagai sumber.</li><li>• Siswa kerja kelompok untuk mengumpulkan data terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang zat pembangun (protein) dengan menggunakan berbagai sumber.</li><li>• Melalui pengamati video/gambar dan powerpoint, peserta didik menanyakan materi tentang kasus-kasus kekurangan dan kelebihan sumber zat gizi pembangun (protein)</li></ul> <p>*guru menilai sikap siswa saat pembelajaran berlangsung</p> <p><b>MENGASOSIASI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mengolah dan menganalisis data hasil diskusi</li><li>• Menyimpulkan data hasil diskusi</li></ul> <p><b>MENGANALISIS PROSES INKURI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Peserta didik membuat laporan dan hasil presentasi dikumpulkan.</li></ul> <p>*guru melakukan penilaian keterampilan siswa saat proses presentasi berlangsung.</p>	180'
Penutup	<ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa menanyakan hal-hal yang belum jelas</li><li>• Guru membantu siswa untuk menjelaskan hal-hal</li></ul>	30'

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 12 – 12 – 2011
Revisi ke : 1		Halaman : 4 / 5



**PERENCANAAN DAN PENGEMBANGAN PROSES PENDIDIKAN  
SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN**

	<p>yang diragukan sehingga informasi menjadi benar dan tidak terjadi kesalah pahaman terhadap materi</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa dan guru bersma-sama menyimpulkan pembelajaran</li><li>• Melaksanakan evaluasi</li><li>• Guru menyampaikan materi yang akan dielajari pada pertemuan berikutnya yaitu tentang zat gizi sumber mineral</li><li>• Menutup pelajaran dengan berdoa dan mengucapkan salam.</li></ul>	
--	---	--

**H. Penilaian Hasil Pembelajaran**

1. Jenis / Teknik Penilaian
2. Bentuk Instrumen dan Instrumen
3. Pedoman Penskoran

Penilaian Sikap:

- Teknik non tes (Observasi, Penilaian diri, atau Penilaian antar peserta didik)

Penilaian Pengetahuan

- Tes tulis

Penilaian Keterampilan (Check list atau Skala Penilaian)

- Kemampuan bertanya saat kelompok lain berpresentasi
- Kemampuan berbicara saat presentasi
- Kemaampuan kerja sama saat diskusi

**Instrumen Penilaian Hasil Belajar (Terlampir)**

- a. Lembar Pengamatan Sikap
- b. Lembar Penilaian Pengetahuan dan Ketrampilan
- c. Lembar Kerja Siswa

Sleman, 10 Agustus 2015

Mengetahui  
Guru Pembimbing

Mahasiswa

**Hanum Perdani, S.Pd.T**  
**NBM. 1203 8812 1127713**

**Tri Mardhiyana**  
**NIM. 14511247018**

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 12 – 12 – 2011
Revisi ke : 1		Halaman : 5 / 5

# ZAT PEMBANGUN

Ilmu gizi



## Zat pembangun

Zat pembangun adalah zat yang digunakan untuk membangun semua jaringan yang selanjutnya dapat melancarkan segala proses di dalam tubuh, dan untuk membangun jaringan tubuh yang mempengaruhi perkembangan mental dan kecerdasan.

## PENGERTIAN PROTEIN

**Protein adalah penyusun kurang lebih 50% berat kering organisme. Protein bukan hanya sekedar bahan simpanan atau bahan struktural, seperti karbohidrat dan lemak. Tetapi juga berperan penting dalam fungsi kehidupan.**

## Fungsi Protein

1. **Pertumbuhan dan pemeliharaan**
2. **Pembentukan ikatan-ikatan esensial tubuh**
3. **Mengatur keseimbangan air**
4. **Memelihara netralitas tubuh**
5. **Pembentukan antibodi**
6. **Mengandung zat-zat gizi**
7. **Sumber energi**

# PROTEIN

NABATI

HEWANI



## ASAM AMINO

Asam amino terdiri atas atom karbon yang terikat pada satu gugus karboksil ( $-\text{COOH}$ ), satu gugus amino ( $-\text{NH}_2$ ), satu atom hidrogen ( $-\text{H}$ ) dan satu gugus radikal ( $-\text{R}$ ) atau rantai cabang.

## KLASIFIKASI ASAM AMINO





## Asam Amino Esensial

Adalah suatu kerangka molekul penting penyusun protein yang dibutuhkan oleh tubuh, tetapi tubuh tidak dapat memproduksinya sendiri, oleh karena itu harus memasoknya dari luar. Seperti dari pasokan makanan.

## Asam Amino Semi Esensial

Adalah asam amino yang dapat menghemat pemakaian beberapa asam amino esensial. Definisi semi esensial juga dapat diartikan asam amino yang dapat mencukupi untuk proses pertumbuhan orang dewasa tetapi tidak cukup untuk proses pertumbuhan anak-anak.

## Asam Amino Non Esensial

Adalah asam amino yang dapat diproduksi sendiri oleh tubuh, oleh karena itu prioritas konsumsinya lebih rendah.

## PROTEIN DAPAT DIGOLONGKAN

Protein  
Sempurna

Protein Tidak  
Sempurna

Protein Kurang  
Sempurna

Protein sempurna	Protein tidak sempurna	Protein kurang sempurna
Yaitu protein yang mengandung asam-asam amino esensial lengkap.	Yaitu protein yang tidak mengandung atau sangat sedikit berisi satu atau lebih asam-asam amino esensial.	Yaitu protein yang mengandung asam amino esensial yang lengkap, tetapi beberapa diantaranya hanya sedikit

# Akibat Kekurangan Protein



## KEP ( Kurang Energi dan Protein )

Kurang energi dan protein ( KEP ) merupakan masalah gizi yang sangat memprihatinkan, kasus ini muncul saat negara Indonesia mengalami krisis ekonomi. Biasanya terjadi pada bayi dan balita.



## Tanda-tanda KEP



- Kenaikan berat badan berkurang, terhenti, ada kalanya berat badan menurun,
- Ukuran lingkar lengan atas menurun,
- Rasio berat badan terhadap tinggi badan normal atau menurun,
- Tebal lipat kulit normal atau menurun,
- Anemia ringan, diet yang menyebabkan KEP tidak mengandung cukup zat besi dan vitamin–vitamin lainnya,
- Aktivitas dan perhatian mereka berkurang jika dibandingkan dengan anak sehat,

## TIPE KEP

# Kwashiorkor



Kekurangan protein murni pada stadium berat menyebabkan *kwashiorkor* pada balita.



## GEJALA KLINIS ANAK GIZI BURUK

Rambut tipis, merah  
spt warna

Edema (pd kedua  
punggung kaki,  
bisa seluruh tubuh)

rambut jagung, mudah  
dicabut tanpa  
rasa sakit, rontok

Kelainan kulit  
(*dermatosis*)



Wajah membulat  
dan sembab

Pandangan  
mata sayu

Pembesaran hati

Sering disertai: peny.  
infeksi akut,  
diare, ISPA dll

Apatis & rewel

Otot mengecil  
(hipotrofi),

**KWASHIORKOR**

## Marasmus



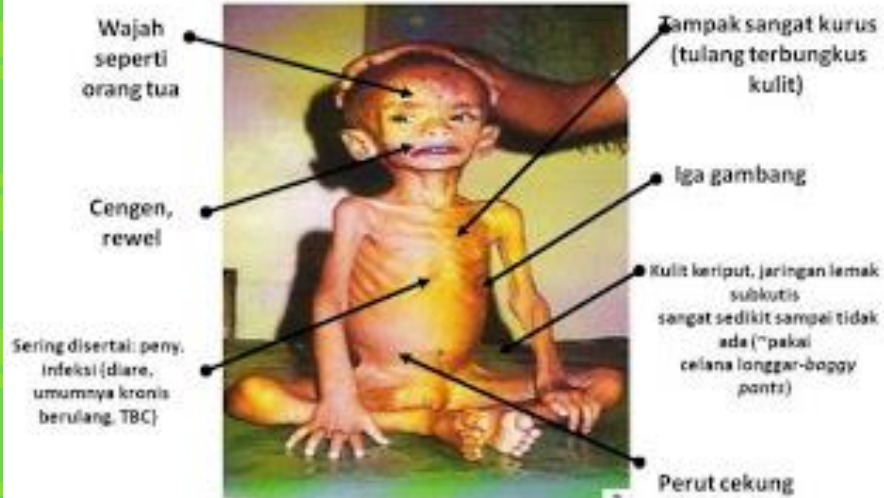
Penyakit akibat kekurangan *protein*, biasanya disertai juga dengan gejala kekurangan karbohidrat cukup berbahaya.



Penyakit berbahaya ini biasanya terjadi pada anak-anak yang sedang dalam masa pertumbuhan. Jika tidak ditanggulangi secepatnya, marasmus bisa saja mengiring penderitanya pada kematian.



## GEJALA KLINIS ANAK GIZI BURUK



**MARASMUS**



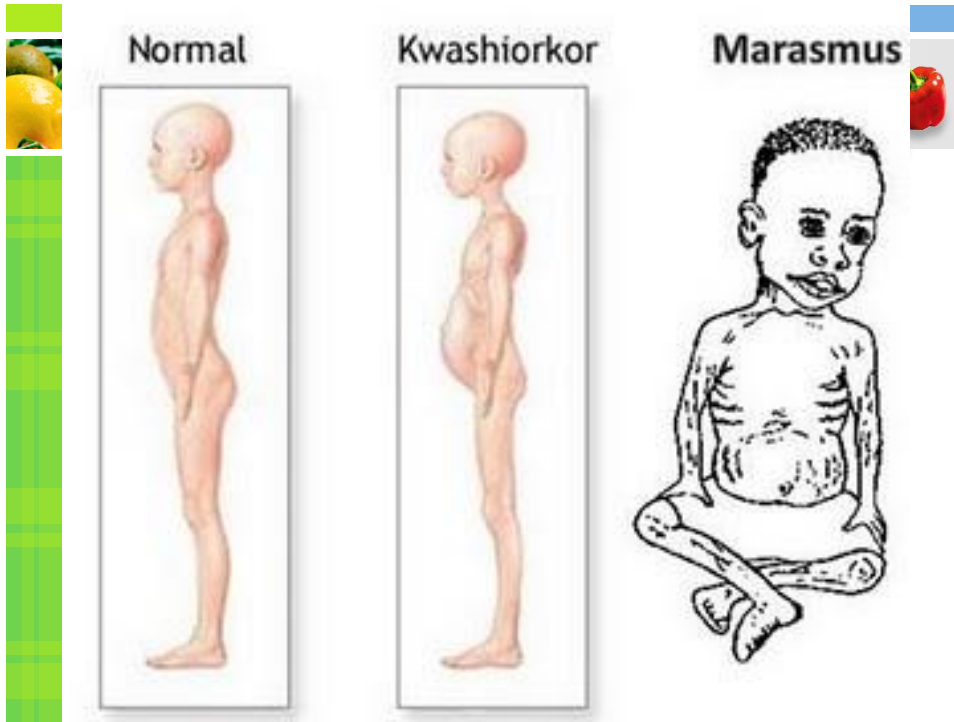




## Marasmus-Kwashiorkor

**Marasmus-kwashiorkor** pada dasarnya adalah campuran dari gejala marasmus dan kwashiorkor, Ciri khas yang dapat terlihat secara klinis yakni :

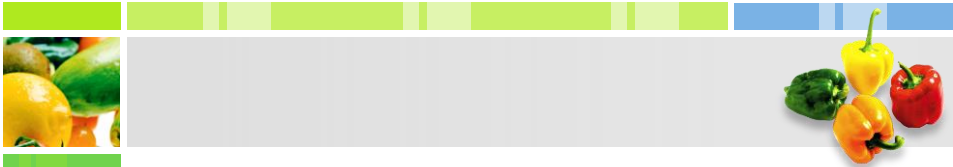
- Beberapa gejala klinis marasmus, terlihat sangat buruk.
- Kwashiorkor secara klinis terlihat disertai edema yang tidak mencolok pada kedua punggung kaki.





## Kebutuhan zat pembangun

Kelompok Umur (tahun)	AKP (nilai PST) gram/kg berat badan	
	Laki-laki	Perempuan
0 – 0,5	1,86 (85% dari ASI)	1,86 (80% dari ASI)
0,5 – 2,0	1,39 (80% dari ASI)	1,39 (80% dari ASI)
4 – 5	1,08	1,08
5 – 10	1,00	1,00
10 – 18	1,96	0,90
18 – 60	0,75	0,75
60 +	0,75	0,75
Ibu Hamil	+ 12 gram/hari	
Ibu menyusui enam bulan pertama	+ 16 gram/hari	
Ibu menyusui enam bulan kedua	+ 12 gram/hari	
Ibu menyusui tahun kedua	+ 11 gram/hari	



**Tes tertulis :**

1. Salah satu penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan protein ?
2. Salah satu penyakit yang ditimbulkan akibat kelebihan protein ?
3. Sebutkan gejala klinis anak gizi buruk pada penyakit kwashiorkor!
4. Sebutkan gejala klinis anak gizi buruk pada penyakit marasmus!
5. Hitunglah angka kecukupan protein pada teman sebangku anda!



**Terima Kasih...**



**L/O/G/O**

PERTEMUAN 2

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : X / 1  
Materi Pokok : Zat-zat sumber pembangun protein  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

Indikator Penilaian Sikap

- A. Indikator sikap ingin tahu dalam pembelajaran ilmu gizi.
- 1. Kurang baik jika sama sekali tidak ambil bagian dalam pembelajaran atau sama sekali tidak mengajukan pertanyaan.
  - 2. Cukup jika sudah ada sedikit usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum.
  - 3. Baik jika ada usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum ajeg/konsisten.
  - 4. Sangat baik jika sudah menunjukkan ambil bagian dalam pembelajaran dan berani mengajukan pertanyaan secara terus menerus dan ajeg/konsisten
- B. Indikator sikap aktif dalam pembelajaran ilmu gizi.
- a) Kurang baik jika sama sekali tidak aktif atau tanggap dalam kegiatan pembelajaran.
  - b) Cukup jika sudah ada sedikit usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum
  - c) Baik jika sudah ada usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi masih belum ajeg/konsisten.
  - d) Sangat baik jika sudah menunjukkan aktif pada proses pembelajaran secara terus menerus dan ajeg/konsisten.

Lembar Pengamatan Penilaian Sikap

Instruksi: Bubuhkan tanda cek (√) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan

No	Nama Siswa	Sikap								Skor	Nilai	Ket
		Rasa ingin tahu				Aktif						
		KB (1)	C (2)	B (3)	SB (4)	KB (1)	C (2)	B (3)	SB (4)			
1	Anisa Nurhidayati	√				√				2	2	KB
2	Anisa Adittyta			√				√		6	6	B
3	Aprilia Nika Sari				√			√		7	7	B
4	Bagus Fajar Prakoso		√				√			4	4	C
5	Bahul Fakhurrozi				√			√		7	7	SB
6	Deti Romansari Febri Astuti			√					√	7	7	SB
7	Dewi Anggraeni			√				√		6	6	B
8	Dwi Wahyuningtyas				√			√		7	7	SB
9	Emma Puspita Sari			√					√	7	7	SB

10	Endah Tri Astuti			√				√		6	6	B
11	Eva Nurdiana			√					√	7	7	SB
12	Gusti Finar Alin Saputri				√				√	8	8	SB
13	Hanifah Nuraini			√				√		6	6	B
14	Heni Safitri			√				√		6	6	B
15	Ismaniyah			√				√		6	6	B
16	Miftahul Jannah Ramadhani				√				√	8	8	B
17	Milsa Febriyanti			√					√	7	7	SB
18	Nindiana Dwi Nurrohmah			√					√	7	7	SB
19	Nisa Nurkhotimah			√				√		6	6	B
20	Nisaa Pratiwi			√			√			5	5	C
21	Nur Raudhatul Zanna				√			√		7	7	SB
22	Nurul Khasanah			√			√			5	5	C
23	Septiana Mega Wicahyani			√				√		6	6	B
24	Shinta Asriyana				√			√		7	7	SB
25	Slamet Haripriyanto				√		√			6	6	B
26	Vega Virginia Kharisma			√				√		6	6	B
27	Widiya Setyawati			√			√			5	5	C
28	Yayan Wijayanto				√			√		7	7	SB
29												
30												

**Keterangan :** KB : Kurang baik      C : Cukup      B : Baik      SB : Sangat baik

**Pedoman Skor :** Skor minimal =  $2 \times 1 = 2$ ,      Skor maksimal =  $2 \times 4 = 8$ ,      Kelas nilai = 4,      Rentang nilai =  $(8 - 2) / 4 = 1,5$

<b>Kriteria Penilaian :</b>	Sangat Baik (SB)	: apabila nilai yang diperoleh 6,51 – 8,00
	Baik (B)	: apabila yang diperoleh 5,01 – 6,50
	Cukup (C)	: apabila nilai yang diperoleh 3,51 – 5,00
	Kurang Baik (KB)	: apabila nilai yang diperoleh 2,00 – 3,50

**LEMBAR PENGAMATAN PENILAIAN PENGETAHUAN**

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : X / 1  
Materi Pokok : Zat-zat sumber pembangun protein  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

**Tes tertulis :**

- 1. Apa perbedaan antara karbohidrat dan protein ?
- 2. Apa saja bahan makanan sumber protein ?
- 3. Jodohkan soal dibawah ini dengan jawaban yang tepat sesuai dengan soal yang diberikan !

Soal	Jawaban
Fungsi protein	<div><input type="checkbox"/> Pertumbuhan dan Pemeliharaan</div> <div><input type="checkbox"/> Pembentukan Ikatan-Ikatan Esensial Tubuh</div> <div><input type="checkbox"/> Sumber Energi</div> <div><input type="checkbox"/> Menjaga keseimbangan cairan tubuh</div> <div><input type="checkbox"/> Pemberi Rasa Manis pada Makanan</div> <div><input type="checkbox"/> Pembentukan Antibodi</div> <div><input type="checkbox"/> Memelihara Netralitas Tubuh</div> <div><input type="checkbox"/> Mengatur Keseimbangan Air</div> <div><input type="checkbox"/> Metabolisme energi</div>

**Kunci jawaban :**

No	Kunci Jawaban	Kriteria Skor	Total Skor
1.	Karbohidrat adalah sumber energi utama bagi manusia dan hewan. Sedangkan protein adalah kelompok makronutrisi berupa senyawa asam amino yang berfungsi sebagai zat pembangun dan pendorong metabolisme dalam tubuh.	30: jika menyebutkan 3 kata kunci dari sumber energi, makronutrisi, dan asam amino. 20: jika menyebutkan 2 kata kunci dari sumber energi, makronutrisi, dan asam amino 10: jika menyebutkan 1 kata kunci dari sumber energi, makronutrisi, dan asam amino	30
2.	Bahan makanan sumber protein: <ul style="list-style-type: none"><li>• Bahan makanan hewani: 1. Telur</li></ul>	20: jika dapat menyebutkan 2 jawaban dengan benar.	20

	2. Susu 3. Daging 4. Unggas 5. Ikan, dan kerang • Bahan makanan nabati: 1. kacang kedelai dan hasilnya ( tempe dan tahu ) 2. kacang-kacangan 3. Polong-polongan 4. Sayur-sayuran 5. Biji-bijian 6. Yoghurt	10: jika dapat menyebutkan 1 jawaban dengan benar.	
3.	Fungsi protein : a. Pertumbuhan dan Pemeliharaan b. Pembentukan Antibodi c. Mengatur Keseimbangan Air d. Memelihara Netralitas Tubuh e. Pembentukan Ikatan-Ikatan Esensial Tubuh	50: jika dapat menyebutkan 5 jawaban dengan benar. 40: jika dapat menyebutkan 4 jawaban dengan benar. 30: jika dapat menyebutkan 3 jawaban dengan benar. 20: jika dapat menyebutkan 2 jawaban dengan benar. 10: jika dapat menyebutkan 1 jawaban dengan benar.	50

Jumlah Nilai:

$$\text{Nilai} = \sum ( \text{Skor perolehan} )$$



LEMBAR PENGAMATAN PENILAIAN KETERAMPILAN

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : X / 1  
Materi Pokok : Zat-zat sumber pembangun protein  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

Format penilaian siswa saat diskusi tentang zat-zat sumber pembangun protein :

No	Nama Siswa	Bertanya (30)	Diskusi (35)	Kerjasama (35)	Keterampilan Hasil Diskusi tentang protein		
					Total Skor (1-100)	T	BT
1	Anisa Nurhidayati	15	5	35	55		BT
2	Anisa Adittyta	30	15	35	80	T	
3	Aprilia Nika Sari	30	25	20	75	T	
4	Bagus Fajar Prakoso	15	25	35	75	T	
5	Bahul Fakhurrozi	30	15	35	80	T	
6	Deti Romansari Febri Astuti	30	25	20	75	T	
7	Dewi Anggraeni	15	25	35	75	T	
8	Dwi Wahyuningtyas	30	35	20	75	T	
9	Emma Puspita Sari	15	35	35	85	T	
10	Endah Tri Astuti	15	25	35	75	T	
11	Eva Nurdiana	30	15	35	80	T	
12	Gusti Finar Alin Saputri	30	25	20	75	T	
13	Hanifah Nuraini	15	25	35	75	T	
14	Heni Safitri	15	25	35	75	T	
15	Ismaniyah	30	35	20	85	T	
16	Miftahul Jannah Ramadhani	30	35	20	85	T	
17	Milsa Febriyanti	30	25	20	75	T	
18	Nindiana Dwi Nurrohmah	30	25	35	80	T	
19	Nisa Nurkhotimah	30	25	20	75	T	
20	Nisaa Pratiwi	30	15	35	80	T	
21	Nur Raudhatul Zanna	15	25	35	75	T	
22	Nurul Khasanah	30	15	35	80	T	
23	Septiana Mega Wicahyani	30	25	20	75	T	
24	Shinta Asriyana	30	25	20	75	T	
25	Slamet Haripriyanto	30	15	35	80	T	
26	Vega Virginia Kharisma	15	25	35	75	T	
27	Widiya Setyawati	30	25	20	75	T	

28	Yayan Wijayanto	30	35	20	85	T	
29							
30							

**T = Tuntas** apa bila skor  $\geq 75$   
**BT = Belum tuntas** apa bila skor  $< 75$

**Kriteria Penskoran :**

Indikator Penilaian	Kriteria Penilaian	Skor
<p>Bertanya</p> <p>1. Siswa aktif bertanya kepada teman saat presentasi.</p> <p>2. Siswa bertanya kepada guru tentang soal diskusi yang belum jelas.</p>	<p>Nilai 30 jika melaksanakan 2 indikator.</p> <p>Nilai 15 jika melaksanakan 1 indikator.</p> <p>Nilai 0 jika tidak melaksanakan.</p>	30
<p>Diskusi</p> <p>1. Ikut berperan aktif dalam diskusi</p>	<p>Nilai 35 jika berperan sangat aktif</p> <p>Nilai 25 jika berperan aktif.</p> <p>Nilai 15 jika cukup aktif.</p> <p>Nilai 5 jika kurang aktif.</p> <p>Nilai 0 jika tidak melaksanakan.</p>	35
<p>Kerjasama</p> <p>1. Siswa bekerjasama dalam mengerjakan soal dengan kelompok masing-masing.</p> <p>2. Ambil bagian dalam memberikan solusi soal kelompok.</p>	<p>Nilai 35 jika melaksanakan 2 indikator.</p> <p>Nilai 20 jika melaksanakan 1 indikator.</p> <p>Nilai 0 jika tidak melaksanakan.</p>	35
TOTAL SKOR		100

**Rumus Jumlah Skor :**

Jumlah Skor = Skor Diskusi + Skor Bertanya + Skor Kerjasama

**Rumus Penilaian :**

Nilai =  $\sum$  Jumlah Skor

PERTEMUAN 3

LEMBAR PENGAMATAN PENILAIAN SIKAP

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : X / 1  
Materi Pokok : Kasus kekurangan dan kelebihan protein  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

Indikator Penilaian Sikap

- A. Indikator sikap ingin tahu dalam pembelajaran ilmu gizi.
- 1. Kurang baik *jika* sama sekali tidak ambil bagian dalam pembelajaran atau sama sekali tidak mengajukan pertanyaan.
  - 2. Cukup *jika* sudah ada sedikit usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum ajeg/konsisten.
  - 3. Baik *jika* ada usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum ajeg/konsisten.
  - 4. Sangat baik *jika* sudah menunjukkan ambil bagian dalam pembelajaran dan berani mengajukan pertanyaan secara terus menerus dan ajeg/konsisten
- B. Indikator sikap aktif dalam pembelajaran ilmu gizi.
- 1. Kurang baik *jika* sama sekali tidak aktif atau tanggap dalam kegiatan pembelajaran.
  - 2. Cukup *jika* sudah ada sedikit usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum ajeg/konsisten.
  - 3. Baik *jika* sudah ada usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi masih belum ajeg/konsisten.
  - 4. Sangat baik *jika* sudah menunjukkan aktif pada proses pembelajaran secara terus menerus dan ajeg/konsisten.

Lembar Pengamatan Penilaian Sikap

Instruksi: Bubuhkan tanda cek (√) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan

No	Nama Siswa	Sikap								Skor	Nilai	Ket
		Rasa ingin tahu				Aktif						
		KB (1)	C (2)	B (3)	SB (4)	KB (1)	C (2)	B (3)	SB (4)			
1	Anisa Nurhidayati									-	-	-
2	Anisa Adittyta				√		√			6	6	B
3	Aprilia Nika Sari			√				√		6	6	B
4	Bagus Fajar Prakoso			√			√			5	5	C
5	Bahul Fakhurrozi				√		√			6	6	B
6	Deti Romansari Febri Astuti			√				√		6	6	B
7	Dewi Anggraeni			√				√		6	6	B
8	Dwi Wahyuningtyas			√				√		6	6	B

9	Emma Puspita Sari				√			√		7	7	SB
10	Endah Tri Astuti			√				√		6	6	B
11	Eva Nurdiana				√		√			6	6	B
12	Gusti Finar Alin Saputri				√				√	8	8	SB
13	Hanifah Nuraini			√				√		6	6	B
14	Heni Safitri			√				√		6	6	B
15	Ismaniyah				√				√	8	8	SB
16	Miftahul Jannah Ramadhani				√				√	8	8	SB
17	Milsa Febriyanti			√					√	7	7	SB
18	Nindiana Dwi Nurrohmah				√			√		7	7	SB
19	Nisa Nurkhotimah				√		√			6	6	B
20	Nisaa Pratiwi			√				√		6	6	B
21	Nur Raudhatul Zanna				√				√	8	8	B
22	Nurul Khasanah			√				√		6	6	B
23	Septiana Mega Wicahyani				√		√			6	6	B
24	Shinta Asriyana									-	-	-
25	Slamet Haripriyanto			√				√		6	6	B
26	Vega Virginia Kharisma			√				√		6	6	B
27	Widiya Setyawati			√				√		6	6	B
28	Yayan Wijayanto				√			√		7	7	SB
29												
30												

**Keterangan :**
KB : Kurang baik
C : Cukup
B : Baik
SB : Sangat baik

**Pedoman Skor :**
Skor minimal =  $2 * 1 = 2$ ,
Skor maksimal =  $2 * 4 = 8$ ,
Kelas nilai = 4,
Rentang nilai =  $(8 - 2) / 4 = 1,5$

<b>Kriteria Penilaian :</b>	<div> Sangat Baik (SB) : apabila nilai yang diperoleh 6,51 – 8,00 </div> <div> Baik (B) : apabila yang diperoleh 5,01 – 6,50 </div> <div> Cukup (C) : apabila nilai yang diperoleh 3,51 – 5,00 </div> <div> Kurang Baik (KB) : apabila nilai yang diperoleh 2,00 – 3,50 </div>
-----------------------------	--

**LEMBAR PENGAMATAN PENILAIAN PENGETAHUAN**

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : X / 1  
Materi Pokok : Kasus kekurangan dan kelebihan protein  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

**Tes tertulis :**

1. Jelaskan pengertian protein !
2. Berapa kalori yang terkandung dalam 1gr protein ?
3. Sebutkan 3 fungsi protein !
4. Sebutkan sumber protein hewani dan sumber protein nabati ! (masing-masing 3)
5. Salah satu penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan protein ?
6. Salah satu penyakit yang ditimbulkan akibat kelebihan protein ?

**Kunci Jawaban :**

No	Kunci Jawaban	Kriteria Skor	Total Skor
1.	Pengertian protein dalam ilmu gizi adalah suatu kelompok makronutrisi berupa senyawa asam amino yang berfungsi sebagai zat pembangun dan pendorong metabolisme dalam tubuh.	30 : jika menyebutkan 3 kata kunci dari makronutrisi, asam amino, dan zat pembangun  20 : jika menyebutkan 2 kata kunci dari makronutrisi, asam amino, dan zat pembangun  10 : jika menyebutkan 1 kata kunci dari makronutrisi, asam amino, dan zat pembangun	30
2.	1gr protein mengandung 4,1 kalori	Jika dapat menjawab jawaban dengan benar	10
3.	1. Pertumbuhan dan Pemeliharaan 2. Pembentukan Ikatan-Ikatan Esensial Tubuh 3. Mengatur Keseimbangan Air 4. Memelihara Netralitas Tubuh 5. Pembentukan Antibodi 6. Mengangkut Zat-zat Gizi 7. Sumber Energi	15 : jika dapat menyebutkan 3 jawaban dengan benar.  10 : jika dapat menyebutkan 2 jawaban dengan benar.  5 : jika dapat menyebutkan 1 jawaban dengan benar.	15
4.	Bahan makanan sumber protein: • Bahan makanan hewani : 1. Telur 2. Susu	30 : jika dapat menyebutkan 6 jawaban dengan benar.  25 : jika dapat menyebutkan 5 jawaban dengan benar.	30



LEMBAR PENGAMATAN PENILAIAN KETERAMPILAN

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : X / 1  
Materi Pokok : Zat-zat sumber pembangun protein  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

Format penilaian siswa saat diskusi tentang zat-zat sumber pembangun protein :

No	Nama Siswa	Bertanya (30)	Diskusi (35)	Kerjasama (35)	Keterampilan Hasil Diskusi tentang protein		
					Total Skor (60-100)	T	BT
1	Anisa Nurhidayati	-	-	-	-	-	-
2	Anisa Adittyia	30	25	20	75	T	
3	Aprilia Nika Sari	15	25	35	75	T	
4	Bagus Fajar Prakoso	15	15	35	65		BT
5	Bahul Fakhurrozi	30	15	35	80	T	
6	Deti Romansari Febri Astuti	15	25	35	75	T	
7	Dewi Anggraeni	30	25	20	75	T	
8	Dwi Wahyuningtyas	15	25	35	75	T	
9	Emma Puspita Sari	30	25	20	75	T	
10	Endah Tri Astuti	30	35	20	85	T	
11	Eva Nurdiana	30	15	35	80	T	
12	Gusti Finar Alin Saputri	15	25	35	75	T	
13	Hanifah Nuraini	30	25	20	75	T	
14	Heni Safitri	15	25	35	75	T	
15	Ismaniyah	30	25	20	75	T	
16	Miftahul Jannah Ramadhani	15	25	35	75	T	
17	Milsa Febriyanti	30	25	20	75	T	
18	Nindiana Dwi Nurrohmah	30	35	20	85	T	
19	Nisa Nurkhotimah	30	15	35	80	T	
20	Nisaa Pratiwi	15	25	35	75	T	
21	Nur Raudhatul Zanna	15	25	35	75	T	
22	Nurul Khasanah	30	25	20	75	T	
23	Septiana Mega Wicahyani	15	25	35	75	T	
24	Shinta Asriyana	-	-	-	-	-	-
25	Slamet Haripriyanto	C	25	35	75	T	
26	Vega Virginia Kharisma	30	25	20	75	T	
27	Widiya Setyawati	15	25	35	75	T	

28	Yayan Wijayanto	30	25	20	75	T	
29							
30							

**Kriteria Penskoran :**

Indikator Penilaian	Kriteria Penilaian	Skor
<p>Bertanya</p> <p>Siswa aktif bertanya kepada teman saat presentasi.</p> <p>Siswa bertanya kepada guru tentang soal diskusi yang belum jelas.</p>	<p>Nilai 30 jika melaksanakan 2 indikator.</p> <p>Nilai 15 jika melaksanakan 1 indikator.</p> <p>Nilai 0 jika tidak melaksanakan.</p>	30
<p>Diskusi</p> <p>Ikut berperan aktif dalam diskusi</p>	<p>Nilai 35 jika berperan sangat aktif</p> <p>Nilai 25 jika berperan aktif.</p> <p>Nilai 15 jika cukup aktif.</p> <p>Nilai 5 jika kurang aktif.</p> <p>Nilai 0 jika tidak melaksanakan.</p>	35
<p>Kerjasama</p> <p>Siswa bekerjasama dalam mengerjakan soal dengan kelompok masing-masing.</p> <p>Ambil bagian dalam memberikan solusi soal kelompok.</p>	<p>Nilai 35 jika melaksanakan 2 indikator.</p> <p>Nilai 20 jika melaksanakan 1 indikator.</p> <p>Nilai 0 jika tidak melaksanakan.</p>	35
TOTAL SKOR		100

**Rumus Jumlah Skor :**

Jumlah Skor = Skor Diskusi + Skor Bertanya + Skor Kerjasama

**Rumus Penilaian :**

Nilai =  $\sum$  Jumlah Skor



DAFTAR REKAPITULASI NILAI KELAS X A

No.	Nama Peserta	Nilai		
		Sikap	Pengetahuan	Keterampilan
1	2	3	4	5
1	Anisa Nurhidayati	KB	-	28
2	Anisa Adittyta	B	75	78
3	Aprilia Nika Sari	B	78	75
4	Bagus Fajar Prakoso	C	75	70
5	Bahul Fakhurrozi	B	70	80
6	Deti Romansari Febri Astuti	B	80	75
7	Dewi Anggraeni	B	75	75
8	Dwi Wahyuningtyas	B	75	75
9	Emma Puspita Sari	SB	75	80
10	Endah Tri Astuti	B	80	80
11	Eva Nurdiana	B	80	80
12	Gusti Finar Alin Saputri	SB	80	75
13	Hanifah Nuraini	B	75	75
14	Heni Safitri	B	75	75
15	Ismaniyah	SB	75	80
16	Miftahul Jannah Ramadhani	SB	80	80
17	Milsa Febriyanti	B	80	75
18	Nindiana Dwi Nurrohmah	B	75	83
19	Nisa Nurkhotimah	B	83	78
20	Nisaa Pratiwi	B	78	78
21	Nur Raudhatul Zanna	SB	78	75
22	Nurul Khasanah	B	75	78
23	Septiana Mega Wicahyani	B	78	75
24	Shinta Asriyana	B	75	38
25	Slamet Haripriyanto	B	75	78
26	Vega Virginia Kharisma	B	78	75
27	Widiya Setyawati	B	78	75
28	Yayan Wijayanto	SB	80	80
29				
30				



PERENCANAAN DAN PENGEMBANGAN PROSES PENDIDIKAN  
SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN

Disiapkan	Diperiksa	Disahkan
		
Staf	Staf	WAKA KUR

Satuan Pendidikan : SMK Muhammadiyah 1 Moyudan  
Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas / Semester : X (Sepuluh) / 1 (Ganjil)  
Materi Pokok : Zat mineral  
Alokasi Waktu : 2 X (5 x 45 menit) 2 kali pertemuan

**A. Kompetensi Inti (KI)**

- KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
- KI 2 : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai) santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
- KI 3 : Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, dan prosedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya, dan humaniora dalam wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah.
- KI 4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung.

**B. Kompetensi Dasar dan Indikator**

**Kompetensi Dasar:**

- 1.1 Menghayati karunia Tuhan Yang Maha Esa, melalui pemahaman seluk beluk pariwisata dan mampu menjaga, melestarikan keutuhan jiwa raga manusia sebagai tindakan pengamalan menurut agama yang dianutnya.
- 2.1 Memiliki motivasi internal dan menunjukkan rasa ingin tahu dalam menemukan dan memahami berbagai aspek terkait dengan pariwisata.
- 2.2 Menunjukkan perilaku ilmiah (jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong) dalam melakukan pengamatan kondisi kepariwisataan sebagai bagian dari sikap ilmiah.
- 2.3 Menghargai kerja individu dan kelompok dalam pembelajaran sehari-hari sebagai wujud implementasi sikap kerja.
- 3.3 Mendeskripsikan zat gizi sumber mineral yang diperlukan tubuh

**Indikator Pencapaian Kompetensi :**

- Menyebutkan pengertian zat gizi mineral
- Menyebutkan perbedaan mineral dengan air
- Menyebutkan fungsi zat gizi mineral

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 22 – 08 – 2015
Revisi ke : 1		Halaman : 1 / 6



- Menyebutkan jenis- jenis mineral

4.3 Mengevaluasi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral berdasarkan data

**Indikator Pencapaian Kompetensi :**

- Menganalisis beberapa kasus kekurangan zat gizi sumber mineral
- Menganalisis beberapa penyakit yang ditimbulkan karena kekurangan zat gizi mineral
- Menganalisis beberapa makanan yang kaya akan sumber mineral

**C. Tujuan Pembelajaran**

Selama dan setelah pembelajaran, siswa dapat:

- Menyebutkan pengertian zat gizi mineral
- Menyebutkan perbedaan mineral dengan air
- Menyebutkan fungsi zat gizi mineral
- Menyebutkan jenis- jenis mineral
- Menganalisis beberapa kasus kekurangan zat gizi sumber mineral
- Menganalisis beberapa penyakit yang ditimbulkan karena kekurangan zat gizi mineral
- Menganalisis beberapa makanan yang kaya akan sumber mineral

**D. Materi Pembelajaran (Terlampir)**

**E. Metode Pembelajaran**

**Pendekatan** : *Scientific*

**Strategi / Model** : *Cooperative Learning Type*

**Metode** : Ceramah, tanya jawab, diskusi

**F. Media Pembelajaran, Alat dan Sumber Pembelajaran**

Media Pembelajaran : Power point, papan tulis

Alat : Laptop, LCD projector, white board, spidol, penghapus white board

Sumber Pembelajaran : Sunita Almatier. 2001. Prinsip Dasar Gizi. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama. Hal 220- 280.

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 22 – 08 – 2015
Revisi ke : 1		Halaman : 2 / 6



G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran  
1. Pertemuan 4.

Kegiatan	Deskripsi	WAKTU
Pendahuluan	<b>Fase menyampaikan tujuan</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru memberikan salam dan menanyakan kabar para siswa</li><li>2. Guru meminta salah satu siswa memimpin doa</li><li>3. Guru mengabsen siswa sebelum memulai pembelajaran</li><li>4. Guru memberikan motivasi kepada siswa</li><li>5. Guru menyampaikan topik, tujuan dan manfaat kompetensi yang dipelajari, strategi pembelajaran serta cara penilaian yang dilakukan.</li><li>6. Guru menjelaskan hubungan kehidupan keseharian dengan materi yang akan dipelajari</li></ol>	10 Menit
Inti	<b>Fase Pemberian Rangsangan</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Guru mempresentasikan melalui tayangan powerpoint tentang pengertian mineral, fungsi mineral, jenis-jenis mineral, dan makanan sumber zat mineral</li><li>• Siswa mengamati dan mencermati tayangan powerpoint tentang pengertian mineral, fungsi mineral, jenis-jenis mineral, dan makanan sumber zat mineral</li><li>• Siswa membaca uraian materi pengertian mineral, fungsi mineral, jenis-jenis mineral, dan makanan sumber zat mineral</li></ul> <b>Fase Identifikasi Masalah</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Guru menanyakan tentang pengertian mineral, fungsi mineral, jenis-jenis mineral, dan makanan sumber zat mineral</li><li>• Siswa memberi jawaban, tanggapan dan masukan terhadap pertanyaan yang muncul pada saat pembelajaran</li><li>• Guru memberikan soal post test kepada murid tentang jenis-jenis zat mineral</li><li>• Guru menilai lembar penilaian pengetahuan siswa</li></ul> <b>Fase Pengumpulan Data</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Guru memberi soal post test</li><li>• Siswa dengan secara individu mengerjakan tugas sesuai dengan perintah</li><li>• Siswa menggali informasi seluas-luasnya tentang tugas yang diberikan</li><li>• Siswa mengumpulkan jawaban post test yang telah dikerjakan</li><li>• Guru menilai lembar penilaian ketrampilan siswa</li></ul> <b>Fase Pembuktian</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa menganalisis dan mengevaluasi jenis-jenis mineral dengan materi guru, buku pelajaran atau sumber informasi lain.</li></ul> <b>Fase Menarik Kesimpulan</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Guru meminta siswa menjawab soal post test secara lisan</li><li>• Siswa mengamati dan memberikan tanggapan terhadap jawaban dari siswa lain</li></ul>	205 Menit

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 22 – 08 – 2015
Revisi ke : 1		Halaman : 3 / 6



PERENCANAAN DAN PENGEMBANGAN PROSES PENDIDIKAN  
SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN

Penutup	<ul style="list-style-type: none"><li>Guru membenarkan jawaban siswa yang masih salah atau belum tepat</li><li>Guru beserta siswa mengulas kembali materi yang telah dipelajari hari ini</li></ul>	10 Menit
	<b>Fase kegiatan menutup pembelajaran</b> <ol style="list-style-type: none"><li>Guru menginformasikan tentang materi yang akan dipelajari pada pertemuan yang akan datang yaitu akibat kekurangan dan kelebihan zat gizi mineral</li><li>Siswa menanyakan materi yang belum paham.</li><li>Guru membantu siswa untuk menjelaskan hal-hal yang siswa belum paham</li><li>Siswa menyimpulkan materi di bawah bimbingan guru.</li><li>Melaksanakan evaluasi</li><li>Memberikan motivasi kepada siswa</li><li>Menutup pelajaran dengan salam</li></ol>	

2. Pertemuan 5

Kegiatan	Deskripsi	WAKTU
Pendahuluan	<b>Fase menyampaikan tujuan</b> <ol style="list-style-type: none"><li>Guru memberikan salam dan menanyakan kabar para siswa</li><li>Guru meminta salah satu siswa memimpin doa</li><li>Guru mengabsen siswa sebelum memulai pembelajaran</li><li>Guru memberikan motivasi kepada siswa</li><li>Guru menyampaikan topik, tujuan dan manfaat kompetensi yang dipelajari, strategi pembelajaran serta cara penilaian yang dilakukan.</li><li>Guru menjelaskan hubungan kehidupan keseharian dengan materi yang akan dipelajari</li></ol>	10 Menit
Inti	<b>Fase Pemberian Rangsangan</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Guru mempresentasikan melalui tayangan powerpoint tentang beberapa penyakit penyebab kekurangan dan kelebihan mineral dan makanan sumber zat mineral</li><li>Siswa mengamati dan mencermati tayangan powerpoint tentang beberapa penyakit penyebab kekurangan dan kelebihan mineral dan makanan sumber zat mineral</li><li>Siswa membaca uraian materi beberapa penyakit penyebab kekurangan dan kelebihan mineral dan makanan sumber zat mineral</li></ul> <b>Fase Identifikasi Masalah</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Guru menanyakan tentang beberapa penyakit penyebab kekurangan dan kelebihan mineral dan makanan sumber zat mineral dengan metode game lempar soal</li><li>Siswa memberi jawaban, tanggapan dan masukan terhadap pertanyaan yang muncul pada saat pembelajaran</li><li>Guru menilai lembar penilaian pengetahuan siswa</li></ul> <b>Fase Pengumpulan Data</b>	205 Menit

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 22 – 08 – 2015
Revisi ke : 1		Halaman : 4 / 6



PERENCANAAN DAN PENGEMBANGAN PROSES PENDIDIKAN  
SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN

Penutup	<ul style="list-style-type: none"><li>Siswa menggali informasi seluas-luasnya tentang pertanyaan yang diberikan oleh guru</li><li>Siswa menjawab beberapa pertanyaan dari guru secara lisan</li><li>Guru menilai lembar penilaian ketrampilan siswa</li></ul> <b>Fase Pembuktian</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Siswa menganalisis dan mengevaluasi penyakit penyebab kekurangan dan kelebihan mineral dan makanan sumber zat mineral dengan materi guru, buku pelajaran atau sumber informasi lain.</li></ul> <b>Fase Menarik Kesimpulan</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Guru beserta siswa mengulas kembali materi yang telah dipelajari hari ini</li></ul>	10 Menit
	<b>Fase kegiatan menutup pembelajaran</b> <ol style="list-style-type: none"><li>Guru menginformasikan tentang materi yang akan dipelajari pada pertemuan yang akan datang yaitu zat gizi sumber vitamin</li><li>Siswa menanyakan materi yang belum paham.</li><li>Guru membantu siswa untuk menjelaskan hal-hal yang siswa belum paham</li><li>Siswa menyimpulkan materi di bawah bimbingan guru.</li><li>Melaksanakan evaluasi</li><li>Memberikan motivasi kepada siswa</li><li>Menutup pelajaran dengan salam</li></ol>	

H. Penilaian Hasil Pembelajaran

1. Teknik penilaian :
- Pengamatan
  - Penugasan
2. Prosedur penilaian :

No	Aspek Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu Penilaian
1	Sikap a. Terlibat aktif dalam proses pembelajaran b. Bekerjasama dalam kegiatan kelompok.	Pengamatan	Selama pembelajaran dan saat diskusi
2	Pengetahuan a. Menjelaskan pengertian mineral, fungsi mineral, jenis-jenis mineral, dan makanan sumber zat mineral b. Menjelaskan jenis-jenis zat mineral	Pengamatan, post test	Selama pembelajaran dan penyelesaian tugas
3	Keterampilan a. Melakukan presentasi hasil kerja siswa b. Melakukan proses komunikasi dengan guru dan siswa	Pengamatan / lisan	Penyelesaian tugas (baik individu maupun kelompok), saat diskusi dan saat presentasi.

2. Pedoman Penskoran
- Penilaian Sikap:
- Teknik non tes (Observasi, lembar pengamatan, rubrik penilaian sikap)

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 22 – 08 – 2015
Revisi ke : 1		Halaman : 5 / 6



**PERENCANAAN DAN PENGEMBANGAN PROSES PENDIDIKAN  
SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN**

Penilaian Pengetahuan

- Tes lisan, penugasan, post test

Penilaian Keterampilan

- Keterampilan mengutarakan pendapat dan jawaban

**Instrumen Penilaian Hasil Belajar (Terlampir)**

- Lembar Pengamatan Sikap
- Lembar Penilaian Pengetahuan dan Keterampilan
- Lembar Kerja Siswa / Soal Portofolio

Mengetahui  
Guru Pembimbing

Sleman, 24 Agustus 2015

Mahasiswa

**Hanum Perdani, S.Pd.T**  
**NBM. 1203 8812 1127713**

**Tri Mardhiyana**  
**NIM. 14511247018**

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 22 – 08 – 2015
Revisi ke : 1		Halaman : 6 / 6

**ILMU GIZI**

# **ZAT PENGATUR**

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA



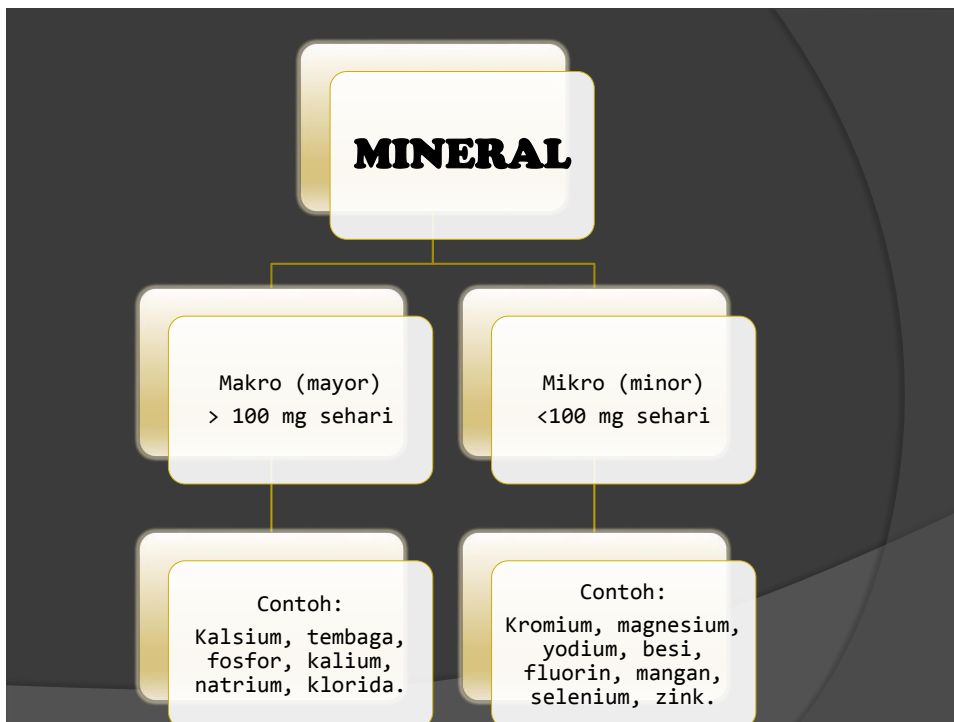
## **ZAT PENGATUR**

Merupakan suatu zat gizi yang berfungsi untuk mengatur berlangsungnya metabolisme di dalam tubuh agar seimbang.



## Pengertian Mineral dan Air

Mineral	Air
Mineral merupakan zat pengatur tubuh. Mineral diperlukan oleh tubuh dalam jumlah sedikit. Walaupun tubuh hanya membutuhkan sedikit, kita harus tetap memenuhinya. Jika tubuh kekurangan mineral, kesehatan akan terganggu.	Mengatur panas tubuh: dalam proses pengaturan panas tubuh, air memegang peranan penting. Pembakaran unsur-unsur gizi dalam tubuh mengakibatkan naiknya suhu badan. Untuk menurunkan panas badan menjadi normal kembali, sebagian air harus dikeluarkan melalui lubang-lubang keringat sehingga panas badan akan turun kembali.



# Mineral

## Makro :

### 1. Kalsium (calsium)

#### FUNGSI :

1. Esensial untuk pertumbuhan dan menjaga kekuatan tulang dan gigi
2. Mengendalikan konduksi impuls syaraf ke dan dari otak dan kontraksi otot
3. Meningkatkan kesehatan jantung, menggumpalkan darah, memperbaiki kulit
4. Mengurangi kram dan kejang akibat menstruasi

#### SUMBER:

Almon, biji pumpkin

## 2. Copper (Tembaga)

### FUNGSI:

1. Pembentukan darah dan tulang
2. Produksi pigmen melanin dari kulit dan rambut
3. Pelepasan energi dari makanan;

### SUMBER :

Buah-buahan dan kacang-kacangan;

## 3. Phosphorus (Fosfor)

### FUNGSI:

1. Membantu memelihara kekuatan tulang dan gigi.
2. Berperan dalam banyak substansi tubuh esensial dan mekanisme pengendalian tubuh.

### SUMBER :

Terkandung dalam hampir semua makanan;

## **4. Kalium, Natrium dan Klorida**

### **FUNGSI :**

1. Transportasi glukosa ke dalam sel dan pembuangan limbah, tekanan darah, transmisi impuls saraf, irama jantung dan fungsi otot.

### **SUMBER:**

Hampir semua makanan kecuali minyak, lemak dan gula, tetapi dapat rusak/hilang jika makanan dimasak.

## **Mineral Mikro :**

## 1. Chromium (Krom)

### FUNGSI:

1. Sebagai bagian dari campuran yang dibutuhkan untuk memudahkan sistem insulin bekerja
2. Terlibat dalam metabolisme lemak dan dalam pemeliharaan struktur materi genetik;

### SUMBER:

Kacang-kacangan dan biji-bijian;

## 2. Magnesium

### FUNGSI:

1. Untuk pertumbuhan tulang
2. Magnesium dibutuhkan dalam setiap sel dan untuk berfungsinya beberapa enzim yang dibutuhkan untuk memakai energi (dari makanan)

### SUMBER :

Almon, kacang mete, kacang brasil, kacang tanah, kacang pikan (pecan nuts, sejenis kemiri), kismis (raisin);

### 3. Iodine (Yodium)

#### FUNGSI :

1. Untuk memproduksi hormon tiroid (thyroid hormone), yang mengatur lebih dari 100 sistem enzim, termasuk tingkat metabolisme, pertumbuhan, reproduksi.

#### SUMBER :

Garam, tumbuhan yang tumbuh di permukaan tanah yang sangat bervariasi tergantung variasi tingkat lapisan tanah (soil) alami;

### 4. Iron (Besi)

#### FUNGSI :

1. Untuk pembentukan (formasi) sel darah merah
2. Untuk sirkulasi sebab sel darah merah mengangkut oksigen ke seluruh tubuh

#### SUMBER :

Biji pumpkin, almond, kacang mete, kismis (raisins), kacang brasil (brazil nuts), walnut, kurma, biji wijen, kacang pikan.

## 5. Fluorin

FUNGSI :

1. Untuk memperkuat gigi

SUMBER:

Terdapat pada kuning telur, otak dan susu.

## 6. Manganese (Mangan)

FUNGSI :

1. Bagian dari beberapa enzim esensial dan memicu banyak aktivitas lainnya, termasuk antioksidan dan proses produksi energi;

SUMBER :

Nanas, blackberry, raspberry, anggur, strawberry, kacang-kacangan dan biji-bijian;

## 7. Selenium

### FUNGSI :

1. Untuk sistem pertahanan antioksidan tubuh
2. Selenium bekerjasama dengan vitamin E dan dapat menggantikan sebagian fungsi vitamin E;

### SUMBER :

Kacang brasil dan biji bunga matahari;

## 8. Zinc (Seng)

### FUNGSI :

1. Untuk menjaga kesehatan sistem imunitas, pertumbuhan normal, pembentukan jaringan, kedewasaan seksual lelaki dan kerja dari berbagai jenis enzim
2. Untuk pemulihan dari pembedahan, pemulihan luka bakar.

### SUMBER :

Kacang brasil, kacang tanah, oat (=sejenis gandum), almond and biji pumpkin.



## **Beberapa fungsi utama pada mineral antara lain:**

- ⦿ Untuk membentuk struktur tubuh.
- ⦿ Berfungsi sebagai katalisator.
- ⦿ Sebagai zat pengatur dalam tubuh sehingga proses metabolisme berlangsung dgn baik.
- ⦿ Beberapa zat nya berfungsi sebagai zat pembangun tubuh.
- ⦿ Mengatur tekanan osmosis dalam tubuh dan memberi elektrolit untuk kerja otot dan saraf.

# ILMU GIZI

## KEKURANGAN & KELEBIHAN MINERAL



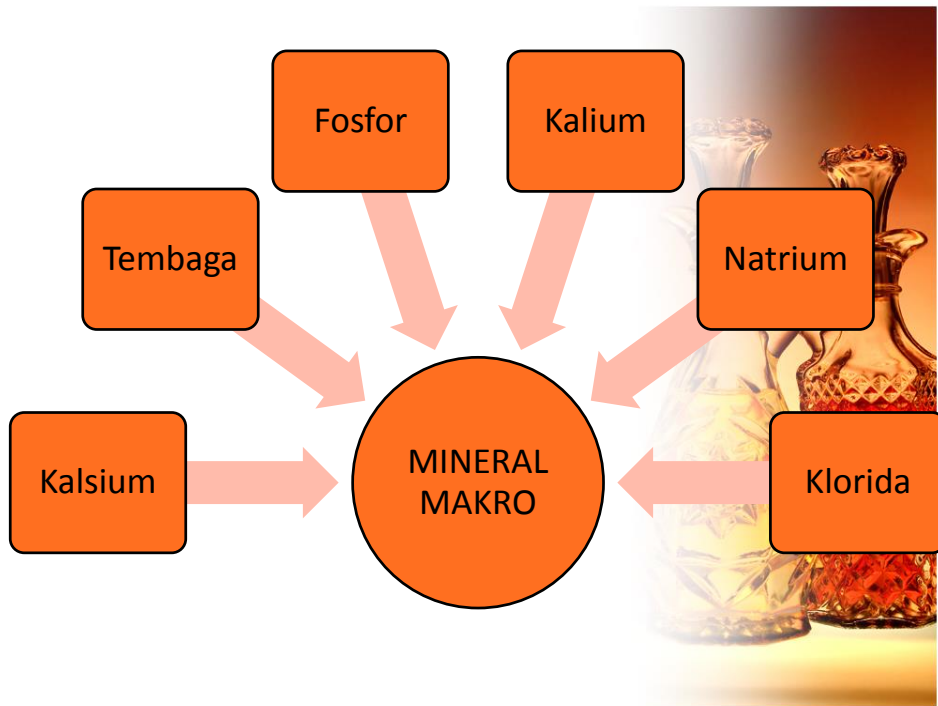
### MINERAL DIGOLONGKAN

#### MINERAL MAKRO

- Adalah mineral yang dibutuhkan tubuh dalam jumlah lebih dari 100 mg sehari

#### MINERAL MIKRO

- Adalah mineral yang dibutuhkan tubuh dalam jumlah kurang dari 100 mg sehari



## Kalsium



## Tembaga

### Kekurangan

- Kelelahan dan kadar tembaga yang rendah dalam darah: anemia, leukemia, osteoporosis

### Kelebihan

- Tremor, sakit kepala, sulit bicara.



## Fosfor

### Kekurangan

- Rasa lelah, kurangnya nafsu makan, kerusakan pada tulang.

### Kelebihan

- kelebihan fosfor pada makanan jarang terjadi. Bila kadar fosfor darah terlalu tinggi, sehingga dapat menimbulkan kejang.



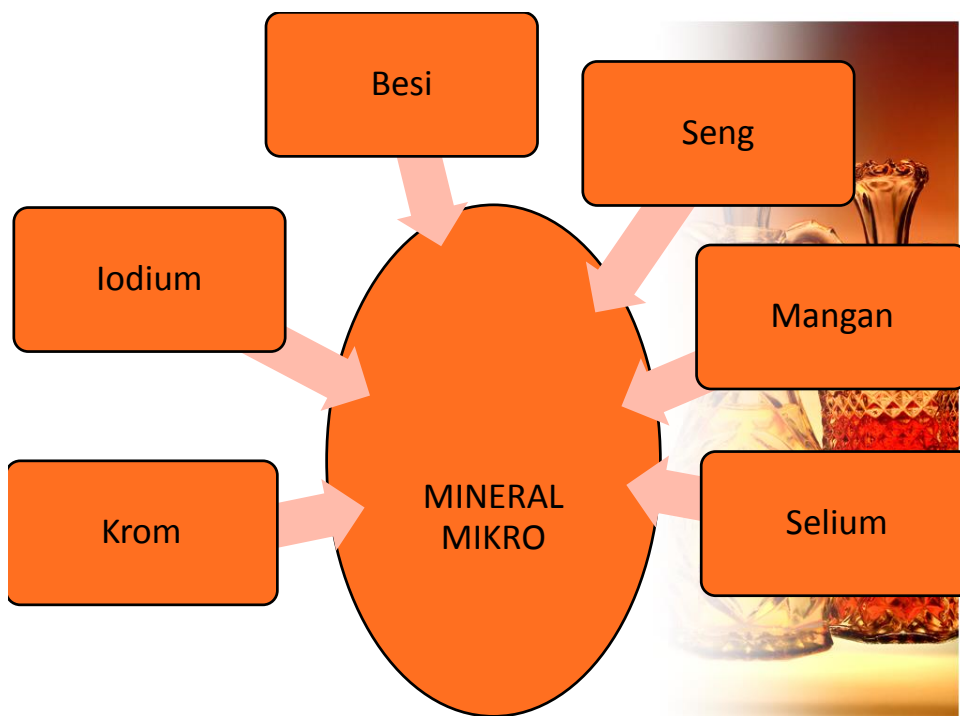
## Kalium, Natrium, Klorida

Kekurangan

- Gangguan pertumbuhan, tulang kurang kuat, mudah rapuh, kejang, apatis, dan kehilangan nafsu makan.

Kelebihan

- Batu ginjal atau gangguan ginjal, muntah, diare.



## Dampak Kekurangan dan Kelebihan Krom

- Kekurangan: kekurangan krom karena makanan jarang terjadi, oleh karena itu AKG untuk krom belum ditentukan
- Kelebihan: mengandung krom tinggi dikaitkan dengan kejadian penyakit hati dan kanker paru-paru



## Dampak Kekurangan dan Kelebihan Iodium

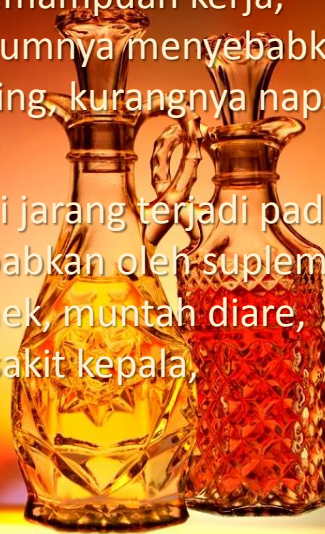
- Kekurangan: pada ibu hamil kekurangan hormone tiroid dikhawatirkan bayinya akan mengalami cretenisma, yaitu tinggi badan dibawah ukuran normal (cebol) yang disertai dengan keterlambatan perkembangan jiwa dan tingkat kecerdasan.
- Kelebihan: ditandai dengan mudah cemas, lemah, sensitif terhadap panas.





## Dampak Kekurangan dan Kelebihan Zat Besi

- Kekurangan: menurunnya kemampuan kerja, kekurangan energy pada umumnya menyebabkan pucat, rasa lemah, letih, pusing, kurangnya napsu makan.
- Kelebihan: kelebihan zat besi jarang terjadi pada makanan, tetapi dapat disebabkan oleh suplemen besi, gejalanya adalah rasa nek, muntah diare, denyut jantung meningkat, sakit kepala, mengigau, pingsan.



## Dampak Kekurangan dan Kelebihan Seng

- Kekurangan: akibat kekurangan seng pertumbuhan badan tidak sempurna (kerdil), gangguan dan keterlambatan pertumbuhan
- Kelebihan: dapat menyebabkan muntah, diare, demam, kelelahan, anemia, dan gangguan reproduksi.



## Dampak Kekurangan dan Kelebihan Mangan

- Kekurangan: penurunan berat badan, iritasi kulit, mual&muntah, perubahan warna rambut, pertumbuhan rambut yang lambat.
- Kelebihan: keracunan karena kelebihan mangan dapat terjadi bila lingkungan terkontaminasi oleh mangan.



## Dampak Kekurangan dan Kelebihan Selium

- Kekurangan: sakit pada otot dan mengakibatkan terkena penyakit jantung
- Kelebihan: dosis tinggi selium ( $\approx 1$  mg sehari) menyebabkan muntah-muntah, diare, rambut dan kuku rontok.





PERTEMUAN 4

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : X / 1  
Materi Pokok : Zat gizi sumber mineral  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

Indikator Penilaian Sikap

- A. Indikator sikap ingin tahu dalam pembelajaran ilmu gizi.
- 1. Kurang baik *jika* sama sekali tidak ambil bagian dalam pembelajaran atau sama sekali tidak mengajukan pertanyaan.
  - 2. Cukup *jika* sudah ada sedikit usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum.
  - 3. Baik *jika* ada usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum ajeg/konsisten.
  - 4. Sangat baik *jika* sudah menunjukkan ambil bagian dalam pembelajaran dan berani mengajukan pertanyaan secara terus menerus dan ajeg/konsisten
- B. Indikator sikap aktif dalam pembelajaran ilmu gizi.
- a) Kurang baik *jika* sama sekali tidak aktif atau tanggap dalam kegiatan pembelajaran.
  - b) Cukup *jika* sudah ada sedikit usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum
  - c) Baik *jika* sudah ada usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi masih belum ajeg/konsisten.
  - d) Sangat baik *jika* sudah menunjukkan aktif pada proses pembelajaran secara terus menerus dan ajeg/konsisten.

Lembar Pengamatan Penilaian Sikap

Instruksi: Bubuhkan tanda cek (√) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan

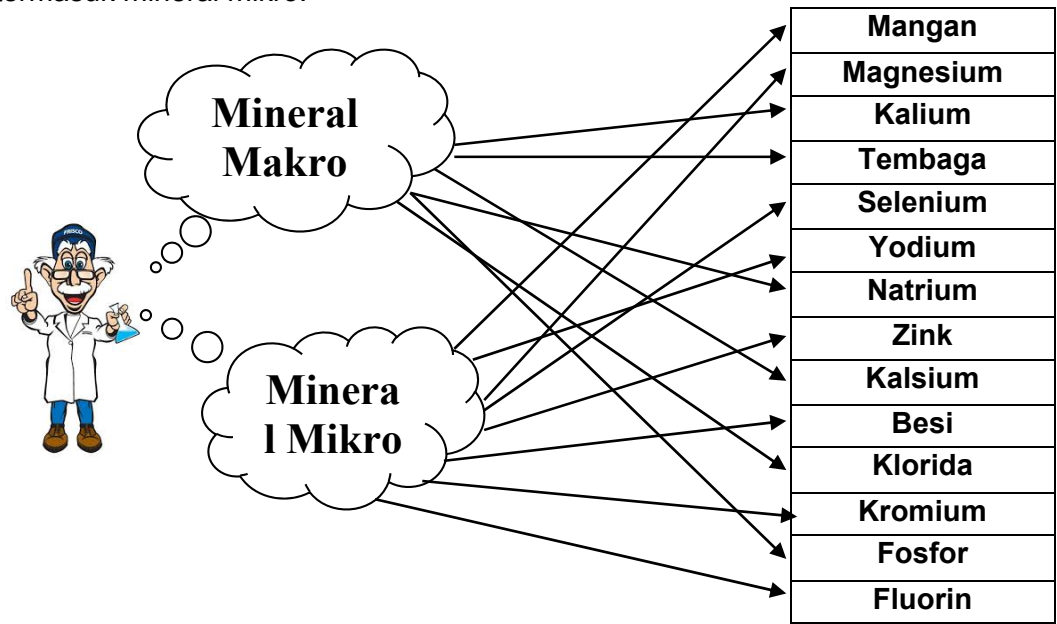
No	Nama Siswa	Sikap								Skor	Nilai	Ket
		Rasa ingin tahu				Aktif						
		KB (1)	C (2)	B (3)	SB (4)	KB (1)	C (2)	B (3)	SB (4)			
1	Anisa Nurhidayati			√				√		6	6	B
2	Anisa Adittyta									-	-	-
3	Aprilia Nika Sari			√				√		6	6	B
4	Bagus Fajar Prakoso		√				√			4	4	C
5	Bahul Fakhurrozi				√			√		7	7	SB
6	Deti Romansari Febri Astuti			√					√	7	7	SB
7	Dewi Anggraeni			√				√		6	6	B
8	Dwi Wahyuningtyas				√			√		7	7	SB
9	Emma Puspita Sari			√					√	7	7	SB
10	Endah Tri Astuti			√				√		6	6	B



LEMBAR PENGAMATAN PENILAIAN PENGETAHUAN

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : X / 1  
Materi Pokok : Zat gizi sumber mineral  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

Soal post test :  
Jodohkan jenis mineral mana yang termasuk mineral makro dan mana yang termasuk mineral mikro!



No	Kunci Jawaban	Kriteria Skor	Skor max	Cara menilai
1.	Mineral Makro : 1. Kalsium 2. Tembaga 3. Fosfor 4. Kalium 5. Natrium 6. Klorida	Skor 5 : Jika dapat menjodohkan 1 nomor sesuai kunci jawaban  Skor 0 : jika tidak dapat atau salah dalam menjodohkan sesuai kunci jawaban	Skor 70	$nilai\ akhir = \frac{\sum skor + 30}{10}$
2.	Mineral Mikro : 1. Kromium 2. Magnesium 3. Yodium 4. Besi 5. Fluorin 6. Mangan 7. Selenium 8. Zink			

**FORM LEMBAR PENGAMATAN PENILAIAN KETERAMPILAN**

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : X B / 1 (ganjil)  
Tahun Pelajaran : 2015/2016  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

Indikator terampil yaitu mampu melaksanakan diskusi serta persentasi kelompok dan mampu berkomunikasi dengan guru dan siswa :

- 1. Kurang terampil jika sama sekali tidak dapat presentasi hasil kerja siswa dan komunikasi dengan guru dan siswa
- 2. Terampil,jika menunjukkan sudah bisa presentasi hasil kerja siswa dan komunikasi dengan guru dan siswa
- 3. Sangat terampil, jika mampu melaksanakan presentasi hasil kerja siswa dan komunikasi dengan guru dan siswa

Berikan tanda (√) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No	Nama	Keterampilan		
		KT (<75)	T(75-85)	ST(>85)
1	Anisa Nurhidayati	√		
2	Anisa Aditty	√		
3	Aprilia Nika Sari	√		
4	Bagus Fajar Prakoso	√		
5	Bahul Fakhurrozi			√
6	Deti Romansari Febri Astuti	√		
7	Dewi Anggraeni	√		
8	Dwi Wahyuningtyas	√		
9	Emma Puspita Sari	√		
10	Endah Tri Astuti	√		
11	Eva Nurdiana			√
12	Gusti Finar Alin Saputri			√
13	Hanifah Nuraini	√		
14	Heni Safitri	√		
15	Ismaniyah			√
16	Miftahul Jannah Ramadhani			√
17	Milsa Febriyanti	√		
18	Nindiana Dwi Nurrohmah	√		
19	Nisa Nurkhotimah	√		
20	Nisaa Pratiwi	√		
21	Nur Raudhatul Zanna			√
22	Nurul Khasanah	√		
23	Septiana Mega Wicahyani	√		
24	Shinta Asriyana	√		
25	Slamet Haripriyanto			√
26	Vega Virginia Kharisma	√		
27	Widiya Setyawati	√		
28	Yayan Wijayanto			√
29				
30				

Keterangan:  
KT : Kurang terampil  
T : Terampil  
ST : Sangat terampil

PERTEMUAN 5

LEMBAR PENGAMATAN PENILAIAN SIKAP

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : X / 1  
Materi Pokok : Kasus kekurangan dan kelebihan sumber mineral  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

Indikator Penilaian Sikap

- A. Indikator sikap ingin tahu dalam pembelajaran ilmu gizi.
- 1. Kurang baik *jika* sama sekali tidak ambil bagian dalam pembelajaran atau sama sekali tidak mengajukan pertanyaan.
  - 2. Cukup *jika* sudah ada sedikit usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum ajeg/konsisten.
  - 3. Baik *jika* ada usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum ajeg/konsisten.
  - 4. Sangat baik *jika* sudah menunjukkan ambil bagian dalam pembelajaran dan berani mengajukan pertanyaan secara terus menerus dan ajeg/konsisten
- B. Indikator sikap aktif dalam pembelajaran ilmu gizi.
- 1. Kurang baik *jika* sama sekali tidak aktif atau tanggap dalam kegiatan pembelajaran.
  - 2. Cukup *jika* sudah ada sedikit usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum ajeg/konsisten.
  - 3. Baik *jika* sudah ada usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi masih belum ajeg/konsisten.
  - 4. Sangat baik *jika* sudah menunjukkan aktif pada proses pembelajaran secara terus menerus dan ajeg/konsisten.

Lembar Pengamatan Penilaian Sikap

Instruksi: Bubuhkan tanda cek (√) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan

No	Nama Siswa	Sikap								Skor	Nilai	Ket
		Rasa ingin tahu				Aktif						
		KB (1)	C (2)	B (3)	SB (4)	KB (1)	C (2)	B (3)	SB (4)			
1	Anisa Nurhidayati				√				√	8	8	B
2	Anisa Adittyta			√					√	7	7	SB
3	Aprilia Nika Sari			√					√	7	7	SB
4	Bagus Fajar Prakoso			√				√		6	6	B
5	Bahul Fakhurrozi			√			√			5	5	C
6	Deti Romansari Febri Astuti				√			√		7	7	SB
7	Dewi Anggraeni			√			√			5	5	C
8	Dwi Wahyuningtyas			√				√		6	6	B
9	Emma Puspita Sari				√			√		7	7	SB

10	Endah Tri Astuti				√		√			6	6	B
11	Eva Nurdiana			√				√		6	6	B
12	Gusti Finar Alin Saputri				√		√			6	6	B
13	Hanifah Nuraini			√				√		6	6	B
14	Heni Safitri									-	-	-
15	Ismaniyah			√				√		6	6	B
16	Miftahul Jannah Ramadhani				√		√			6	6	B
17	Milsa Febriyanti			√				√		6	6	B
18	Nindiana Dwi Nurrohmah			√				√		6	6	B
19	Nisa Nurkhotimah			√				√		6	6	B
20	Nisaa Pratiwi				√			√		7	7	SB
21	Nur Raudhatul Zanna			√				√		6	6	B
22	Nurul Khasanah				√		√			6	6	B
23	Septiana Mega Wicahyani				√				√	8	8	SB
24	Shinta Asriyana			√				√		6	6	B
25	Slamet Haripriyanto			√				√		6	6	B
26	Vega Virginia Kharisma				√				√	8	8	SB
27	Widiya Setyawati			√				√		6	6	B
28	Yayan Wijayanto				√		√			6	6	B
29												
30												

**Keterangan :** KB : Kurang baik      C : Cukup      B : Baik      SB : Sangat baik

**Pedoman Skor :** Skor minimal =  $2 * 1 = 2$ ,      Skor maksimal =  $2 * 4 = 8$ ,  
Kelas nilai = 4,      Rentang nilai =  $(8 - 2) / 4 = 1,5$

**Kriteria Penilaian :**

Sangat Baik (SB)	: apabila nilai yang diperoleh 6,51 – 8,00
Cukup (C)	: apabila yang diperoleh 5,01 – 6,50
Baik (B)	: apabila nilai yang diperoleh 3,51 – 5,00
Kurang Baik (KB)	: apabila nilai yang diperoleh 2,00 – 3,50

DAFTAR REKAPITULASI NILAI KELAS X A

No.	Nama Peserta	Nilai		
		Sikap	Pengetahuan	Keterampilan
1	2	3	4	5
1	Anisa Nurhidayati	B	75	77
2	Anisa Adittyta	SB	90	79
3	Aprilia Nika Sari	SB	90	75
4	Bagus Fajar Prakoso	B	85	75
5	Bahul Fakhurrozi	C	75	85
6	Deti Romansari Febri Astuti	SB	85	77
7	Dewi Anggraeni	C	90	75
8	Dwi Wahyuningtyas	B	75	79
9	Emma Puspita Sari	SB	85	75
10	Endah Tri Astuti	B	78	77
11	Eva Nurdiana	B	75	87
12	Gusti Finar Alin Saputri	B	86	85
13	Hanifah Nuraini	B	89	79
14	Heni Safitri	SB	90	88
15	Ismaniyah	B	75	87
16	Miftahul Jannah Ramadhani	B	85	77
17	Milsa Febriyanti	B	78	75
18	Nindiana Dwi Nurrohmah	B	75	76
19	Nisa Nurkhotimah	B	85	78
20	Nisaa Pratiwi	SB	90	79
21	Nur Raudhatul Zanna	B	75	86
22	Nurul Khasanah	B	85	78
23	Septiana Mega Wicahyani	SB	78	78
24	Shinta Asriyana	B	75	75
25	Slamet Haripriyanto	B	86	85
26	Vega Virginia Kharisma	SB	89	76
27	Widiya Setyawati	B	87	75
28	Yayan Wijayanto	B	85	87
29				
30				



PERENCANAAN DAN PENGEMBANGAN PROSES PENDIDIKAN  
SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN

Disiapkan	Diperiksa	Disahkan
		
Staf	Staf	WAKA KUR

Satuan Pendidikan : SMK Muhammadiyah 1 Moyudan  
Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas / Semester : X / 1 dan 2  
Materi Pokok : Zat Gizi Sumber Vitamin  
Alokasi Waktu : 2 x (5 x 45) menit

**A. Kompetensi Inti (KI)**

KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.

KI 2 : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleransi, damai) santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.

KI 3 : Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, dan prosedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya, dan humaniora dalam wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah.

KI 4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung.

**B. Kompetensi Dasar dan Indikator**

**Kompetensi Dasar :**

- 1.1 Mensyukuri karunia Tuhan Yang Maha Esa, melalui menjaga dan melestarikan keutuhan jiwa, raga manusia serta lingkungan kerja sebagai tindakan pengamalan menurut agama yang dianutnya.
- 2.1 Memiliki motivasi internal dan menunjukkan rasa ingin tahu dalam menemukan dan memahami karakteristik dan jenis-jenis bahan makanan.
- 3.1 Mendiskripsikan zat gizi sumber vitamin yang diperlukan tubuh.  
**Indikator Pencapaian Kompetensi :**
  - Menjelaskan tentang pengertian zat gizi sumber vitamin
  - Menyebutkan fungsi zat gizi sumber vitamin
- 4.1 Mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi vitamin berdasarkan data  
**Indikator Pencapaian Kompetensi :**
  - Mengumpulkan kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin.
  - Menyimpulkan efek kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber vitamin.

**C. Tujuan Pembelajaran**

- Melalui pembelajaran peserta didik dapat menjelaskan tentang pengertian zat gizi sumber vitamin.

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 12 – 12 – 2011
Revisi ke : 1		Halaman : 1 / 5





## PERENCANAAN DAN PENGEMBANGAN PROSES PENDIDIKAN SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN

- Melalui pembelajaran peserta didik dapat mengemukakan fungsi zat gizi sumber vitamin.
- Melalui pembelajaran peserta didik dapat menyimpulkan efek kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber vitamin.
- Melalui pembelajaran dan gambar contoh penyakit kekurangan zat gizi sumber vitamin peserta didik dapat mengumpulkan kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin.

### D. Materi Pembelajaran (terlampir)

1. Pengertian Sumber Zat Gizi
2. Fungsi Vitamin
3. Sumber Vitamin
4. Akibat Kekurangan dan Kelebihan Vitamin

### E. Metode Pembelajaran

**Pendekatan** : *Scientific*  
**Strategi / Model** : *Inquiry Learning*  
**Metode** : Ceramah, diskusi dan tanya jawab

### F. Media Pembelajaran dan Sumber Pembelajaran

Media Pembelajaran :

- Power point (bahan tayang)
- White Board
- Laptop
- LCD projector
- Spidol
- penghapus

Sumber Pembelajaran :

- Sunita Almatsier. 2009. *Prinsip Dasar ILMU GIZI*, Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama. Hal 151-218
- Tantri Miharti 2013. *Ilmu Gizi 1*, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan. Hal 111-152

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 12 – 12 – 2011
Revisi ke : 1		Halaman : 2 / 5



G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran  
1. Pertemuan 6

Kegiatan	Deskripsi	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ketua kelas memimpin doa.</li><li>• Guru mengucapkan salam dengan ramah, membuka pelajaran dan mengabsen siswa.</li><li>• Mempersiapkan materi ajar dan media pembelajaran.</li><li>• Menanyakan kesiapan peserta didik untuk mengikuti proses pembelajaran.</li><li>• Bertanya kepada siswa apakah mereka sering mengonsumsi buah, sayur dan ikan kemudian mengaitkan dengan KD yang akan mereka pelajari yaitu mendiskripsikan zat gizi sumber vitamin yang diperlukan oleh tubuh. (<i>Apersepsi</i>)</li></ul>	15'
Inti	<p><b>ORIENTASI MASALAH</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Guru menayangkan video/gambar dari power point yang berkaitan dengan zat gizi sumber vitamin.</li><li>• Siswa mengamati video/gambar dari power point yang berkaitan dengan zat gizi sumber pembangun vitamin.</li></ul> <p><b>PENGUMPULAN DATA DAN VERIFIKASI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Diskusi kelompok untuk mengumpulkan data terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang zat gizi sumber vitamin dengan menggunakan berbagai sumber.</li><li>• Melalui pengamatan video/gambar dari powerpoint, peserta didik menanyakan materi tentang zat gizi sumber vitamin yaitu : pengertian, jenis-jenis, sumber, dan fungsi vitamin.</li></ul> <p>*guru menilai sikap siswa saat pembelajaran berlangsung</p> <p><b>MENGASOSIASI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Guru menugaskan siswa untuk berdiskusi sumber dan fungsi vitamin</li><li>• Mengolah dan menganalisis data hasil diskusi</li><li>• Menyimpulkan data hasil diskusi</li></ul> <p><b>MENGANALISIS PROSES INKURI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Peserta didik membuat laporan dan hasil presentasi dikumpulkan.</li></ul> <p>*guru melakukan penilaian keterampilan siswa saat proses presentasi berlangsung.</p>	180'
Penutup	<ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa menanyakan hal-hal yang belum jelas</li><li>• Siswa mengerjakan pos test</li><li>• Guru membantu siswa untuk menjelaskan hal-hal yang diragukan sehingga informasi menjadi benar dan tidak terjadi kesalah pahaman terhadap materi</li><li>• Siswa dan guru bersma-sama menyimpulkan</li></ul>	30'

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 12 – 12 – 2011
Revisi ke : 1		Halaman : 3 / 5



PERENCANAAN DAN PENGEMBANGAN PROSES PENDIDIKAN  
SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN

	<p>pembelajaran</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Melaksanakan evaluasi</li><li>• Guru menyampaikan materi yang akan dielajari pada pertemuan berikutnya yaitu kekurangan dan kelebihan vitamin.</li><li>• Menutup pelajaran dengan berdoa dan mengucapkan salam.</li></ul>	
--	---	--

2. Pertemuan 3

Kegiatan	Deskripsi	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Guru mengucapkan salam dengan ramah, membuka pelajaran dengan berdoa, dan mengabsen siswa.</li><li>• Mempersiapkan materi ajar dan media pembelajaran.</li><li>• Menanyakan kesiapan peserta didik untuk mengikuti proses pembelajaran.</li><li>• Bertanya kepada siswa tentang materi yang telah dipelajari pada pertemuan sebelumnya yaitu fungsi dan sumber vitamin, kemudian mengaitkan dengan KD yang akan di pelajari yaitu kekurangan dan kelebihan vitamin. (<i>Apersepsi</i>)</li></ul>	15'
Inti	<p><b>ORIENTASI MASALAH</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Guru memberikan video/gambar dan powerpoint yang berkaitan dengan zat gizi sumber vitamin.</li><li>• Siswa mengamati video/gambar dan power point yang berkaitan dengan zat gizi sumber vitamin.</li></ul> <p><b>PENGUMPULAN DATA DAN VERIFIKASI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Guru memberikan tugas evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber vitamin</li><li>• Siswa kerja kelompok untuk mengevaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber vitamin</li><li>• Melalui pengamati video/gambar dan powerpoint, peserta didik menanyakan materi tentang kasus-kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber vitamin.</li></ul> <p>*guru menilai sikap siswa saat pembelajaran berlangsung</p> <p><b>MENGASOSIASI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mengolah dan menganalisis data hasil diskusi</li><li>• Menyimpulkan data hasil diskusi</li></ul> <p><b>MENGANALISIS PROSES INKURI</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Peserta didik membuat laporan dan hasil presentasi dikumpulkan.</li></ul> <p>*guru melakukan penilaian keterampilan siswa saat proses presentasi berlangsung.</p>	180'
Penutup	<ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa menanyakan hal-hal yang belum jelas</li><li>• Guru membantu siswa untuk menjelaskan hal-hal yang diragukan sehingga informasi menjadi benar dan tidak terjadi kesalah pahaman terhadap materi</li><li>• Siswa dan guru bersma-sama menyimpulkan pembelajaran</li><li>• Melaksanakan evaluasi</li></ul>	30'

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 12 – 12 – 2011
Revisi ke : 1		Halaman : 4 / 5



## PERENCANAAN DAN PENGEMBANGAN PROSES PENDIDIKAN SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Guru menyampaikan materi yang akan dielajari pada pertemuan berikutnya yaitu tentang daftar komposisi bahan makanan (dkbm) dan daftar bahan makanan penukar (dbmp)</li><li>• Menutup pelajaran dengan berdoa dan mengucapkan salam.</li></ul>	
--	---	--

### H. Penilaian Hasil Pembelajaran

1. Jenis / Teknik Penilaian
2. Bentuk Instrumen dan Instrumen
3. Pedoman Penskoran
  - Penilaian Sikap:
    - Teknik non tes (Observasi, lembar pengamatan dan rubrik penilaian sikap)
  - Penilaian Pengetahuan
    - Tes tulis
  - Penilaian Keterampilan
    - Kemampuan bertanya saat kelompok lain berpresentasi
    - Kemampuan berbicara saat presentasi
    - Kemampuan kerja sama saat diskusi

### Instrumen Penilaian Hasil Belajar (Terlampir)

- a. Lembar Pengamatan Sikap
- b. Lembar Penilaian Pengetahuan dan Ketrampilan
- c. Lembar Kerja Siswa

Sleman, 7 September 2015

Mengetahui  
Guru Pembimbing

Mahasiswa

**Hanum Perdani, S.Pd.T**  
**NBM. 1203 8812 1127713**

**Tri Mardhiyana**  
**NIM. 14511247018**

No. Dokumen : F/751/WAKA KUR/NA/10	<b>RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN</b>	Tgl Berlaku : 12 – 12 – 2011
Revisi ke : 1		Halaman : 5 / 5

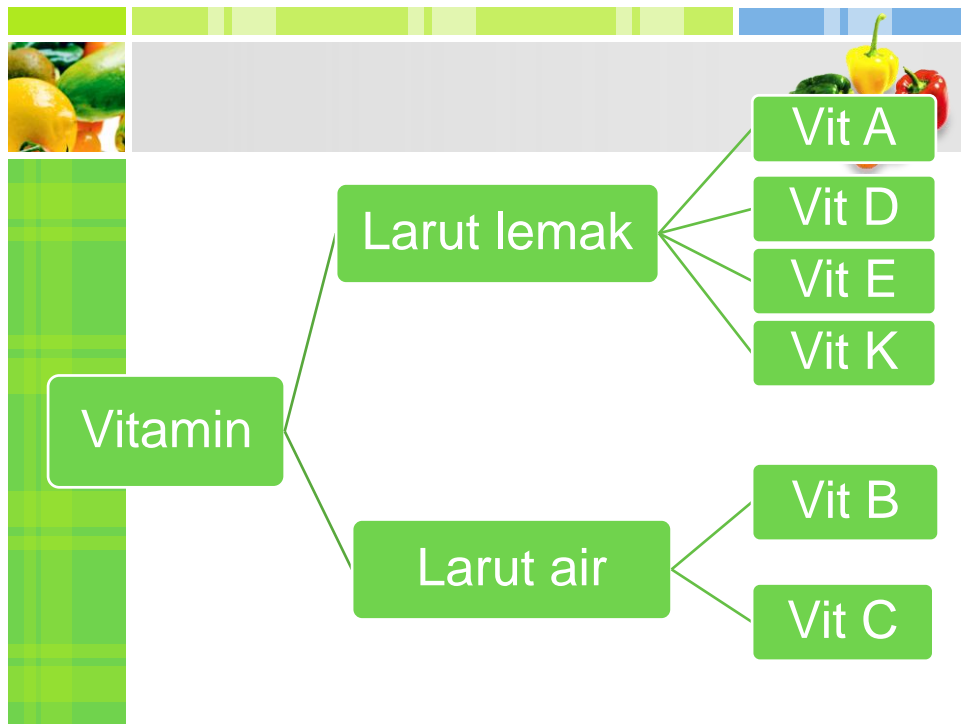
# Zat Gizi Sumber Vitamin



## Pengertian Vitamin

Vitamin merupakan suatu molekul organik yang sangat diperlukan tubuh untuk proses metabolisme dan pertumbuhan yang normal. Vitamin tidak dapat dihasilkan oleh tubuh manusia, oleh karena itu harus diperoleh dari bahan pangan yang dikonsumsi. Terkecuali vitamin D, yang dapat dibentuk dalam kulit jika kulit mendapat sinar matahari.





## VITAMIN LARUT LEMAK

- VITAMIN A
- VITAMIN D
- VITAMIN E
- VITAMIN K

## Vitamin A

### **Fungsi:**

1. Meningkatkan daya tahan tubuh.
2. Menjaga kesehatan mata
3. Menjaga kesehatan kulit.

### **Sumber:**

Hati, susu, mentega, minyak ikan, sayuran, wortel, buah-buahan yang berwarna merah seperti papaya dan tomat



## Vitamin D

### **Fungsi:**

1. Membantu proses pertumbuhan tulang
2. Mencegah penyakit osteoporosis
3. Membentuk dan memelihara tulang dan gigi

### **Sumber:**

Minyak ikan, kuning telur, susu, mentega, ikan dan berjemur diwaktu pagi.







## ***Vitamin E***



### ***Fungsi :***

1. Mencegah kemandulan
2. Pelindung sel-sel darah merah
3. Menghaluskan kulit
4. Menyuburkan rambut

### ***Sumber:***

Biji-bijian, telur, mentega dan susu



## ***Vitamin K***



### ***Fungsi:***

1. Membantu proses pembentukan darah

### ***Sumber:***

Sayuran hijau, kacang kedelai, susu, kuning telur, bayam, kangkung dan kol.









## ***Vitamin B***



***Fungsi:***

1. Membantu pencernaan makanan
2. Mencegah penyakit beri-beri
3. Meningkatkan nafsu makan

***Sumber:***

Daging, hati, telur, susu, beras merah, bekatul, dan kacang hijau.









## ***Vitamin C***



### ***Fungsi:***

1. Mencegah sariawan
2. Membantu daya tahan tubuh
3. Menyembuhkan luka
4. Menjaga tulang, gigi, dan gusi agar tetap sehat



### ***Sumber:***

Buah-buahan dan sayuran segar seperti jeruk, nanas, tomat dan pepaya



# **Terima Kasih...**



**L/O/G/O**

PERTEMUAN 6

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : X A / 1  
Materi Pokok : Zat gizi sumber vitamin  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

Indikator Penilaian Sikap

- A. Indikator sikap ingin tahu dalam pembelajaran ilmu gizi.
- 1. Kurang baik jika sama sekali tidak ambil bagian dalam pembelajaran atau sama sekali tidak mengajukan pertanyaan.
  - 2. Cukup jika sudah ada sedikit usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum.
  - 3. Baik jika ada usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum ajeg/konsisten.
  - 4. Sangat baik jika sudah menunjukkan ambil bagian dalam pembelajaran dan berani mengajukan pertanyaan secara terus menerus dan ajeg/konsisten
- B. Indikator sikap aktif dalam pembelajaran ilmu gizi.
- a) Kurang baik jika sama sekali tidak aktif atau tanggap dalam kegiatan pembelajaran.
  - b) Cukup jika sudah ada sedikit usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum
  - c) Baik jika sudah ada usaha untuk ambil bagian dalam pembelajaran tetapi masih belum ajeg/konsisten.
  - d) Sangat baik jika sudah menunjukkan aktif pada proses pembelajaran secara terus menerus dan ajeg/konsisten.

Instruksi: Bubuhkan tanda cek (√) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan

No	Nama Siswa	Sikap								Skor	Nilai	Ket
		Rasa ingin tahu				Aktif						
		KB (1)	C (2)	B (3)	SB (4)	KB (1)	C (2)	B (3)	SB (4)			
1	Anisa Nurhidayati		√				√			4	4	C
2	Anisa Adittyta				√			√		7	7	SB
3	Aprilia Nika Sari			√					√	7	7	SB
4	Bagus Fajar Prakoso			√				√		6	6	B
5	Bahul Fakhurrozi				√			√		7	7	SB
6	Deti Romansari Febri Astuti			√					√	7	7	SB
7	Dewi Anggraeni			√				√		6	6	B
8	Dwi Wahyuningtyas			√					√	7	7	SB

9	Emma Puspita Sari				√				√	8	8	SB
10	Endah Tri Astuti			√				√		6	6	B
11	Eva Nurdiana			√				√		6	6	B
12	Gusti Finar Alin Saputri			√				√		6	6	B
13	Hanifah Nuraini			√				√		6	6	B
14	Heni Safitri				√			√		7	7	SB
15	Ismaniyah				√		√			6	6	B
16	Miftahul Jannah Ramadhani			√				√		6	6	B
17	Milsa Febriyanti			√				√		6	6	B
18	Nindiana Dwi Nurrohmah			√				√		6	6	B
19	Nisa Nurkhotimah			√				√		6	6	B
20	Nisaa Pratiwi			√				√		6	6	B
21	Nur Raudhatul Zanna				√			√		7	7	SB
22	Nurul Khasanah				√		√			6	6	B
23	Septiana Mega Wicahyani			√				√		6	6	B
24	Shinta Asriyana			√				√		6	6	B
25	Slamet Haripriyanto			√				√		6	6	B
26	Vega Virginia Kharisma									-	-	-
27	Widiya Setyawati			√				√		6	6	B
28	Yayan Wijayanto			√				√		6	6	B
29												
30												

**Keterangan :** KB : Kurang baik    C : Cukup    B : Baik    SB : Sangat baik

**Pedoman Skor :** Skor minimal =  $2 * 1 = 2$ ,  
Kelas nilai = 4,

Skor maksimal =  $2 * 8 = 6$ ,  
Rentang nilai =  $(8 - 2) / 4 = 1,5$

<b>Kriteria Penilaian :</b>	Sangat Baik (SB)	: apabila nilai yang diperoleh 6,51 – 8,00
	Baik (B)	: apabila yang diperoleh 5,01 – 6,50
	Cukup (C)	: apabila nilai yang diperoleh 3,51 – 5,00
	Kurang Baik (KB)	: apabila nilai yang diperoleh 2,00 – 3,50

LEMBAR PENGAMATAN PENILAIAN PENGETAHUAN

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : X / 1  
Materi Pokok : Zat gizi sumber vitamin  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

Tes tertulis :

1. Vitamin dibagi menjadi dua, yaitu apa saja?
2. Sebutkan fungsi vitamin B bagi tubuh?
3. Sebutkan fungsi vitamin D bagi tubuh?
4. Vitamin apa saja yang larut dalam air?
5. Jodohkan soal dibawah ini dengan jawaban yang tepat sesuai dengan soal yang diberikan !

Soal	Jawaban
Sumber vitamin A yang termasuk golongan hewani	<div><input type="checkbox"/> Hati</div> <div><input type="checkbox"/> Mentega</div> <div><input type="checkbox"/> Pepaya</div> <div><input type="checkbox"/> Ayam</div> <div><input type="checkbox"/> Susu</div> <div><input type="checkbox"/> Telur</div> <div><input type="checkbox"/> Minyak ikan</div> <div><input type="checkbox"/> Keju</div>

Kunci jawaban:

No	Kunci Jawaban	Kriteria Skor	Skor Maksimal
1.	Vitamin dibagi menjadi dua, yaitu: <ul style="list-style-type: none"><li>• vitamin larut lemak</li><li>• vitamin larut air.</li></ul>	5: jika menyebutkan 2 kata kunci dengan benar. 3: jika menyebutkan 1 kata kunci dengan benar.	5
2.	Fungsi vitamin B bagi tubuh yaitu: <ul style="list-style-type: none"><li>• Membantu pencernaan makanan</li><li>• Mencegah penyakit beri-beri</li><li>• Meningkatkan nafsu makan</li></ul>	25: jika dapat menyebutkan 3 jawaban dengan benar. 10: jika dapat menyebutkan 2 jawaban dengan benar. 5: jika dapat menyebutkan 1 jawaban dengan benar.	25
3	Fungsi vitamin D bagi tubuh yaitu: <ul style="list-style-type: none"><li>• Membantu proses pertumbuhan tulang</li></ul>	25: jika dapat menyebutkan 3 jawaban dengan benar	25

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mencegah penyakit osteoporosis</li> <li>• Membentuk dan memelihara tulang dan gigi</li> </ul>	10: jika dapat menyebutkan 2 jawaban dengan benar 5: jika dapat menyebutkan 1 jawaban dengan benar	
4.	Vitamin yang larut dalam air yaitu: <ul style="list-style-type: none"> <li>• vitamin B</li> <li>• vitamin C</li> </ul>	5: jika dapat menyebutkan 2 jawaban dengan benar. 3: jika dapat menyebutkan 1 jawaban dengan benar.	5
5.	Sumber vitamin A yang termasuk golongan hewani yaitu: <ul style="list-style-type: none"> <li>• hati,</li> <li>• susu,</li> <li>• mentega,</li> <li>• minyak ikan</li> </ul>	40: jika dapat menyebutkan 4 jawaban dengan benar. 30: jika dapat menyebutkan 3 jawaban dengan benar. 20: jika dapat menyebutkan 2 jawaban dengan benar. 10: jika dapat menyebutkan 1 jawaban dengan benar.	40

Jumlah Nilai:

$$\text{Nilai} = \sum ( \text{Skor perolehan} )$$

LEMBAR PENGAMATAN PENILAIAN KETERAMPILAN

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi  
Kelas/Semester : XA / 1  
Materi Pokok : Zat gizi sumber vitamin  
Waktu Pengamatan : Selama proses pembelajaran

Format penilaian siswa saat diskusi tentang zat gizi sumber vitamin :

No	Nama Siswa	Bertanya (40)	Diskusi (35)	Kerjasama (35)	Keterampilan Hasil Diskusi tentang protein		
					Total Skor (60-100)	T	BT
1	Anisa Nurhidayati	15	5	35	55		BT
2	Anisa Adittyta	30	15	35	80	T	
3	Aprilia Nika Sari	30	25	20	75	T	
4	Bagus Fajar Prakoso	15	25	35	75	T	
5	Bahul Fakhurrozi	15	25	35	75	T	
6	Deti Romansari Febri Astuti	15	25	35	75	T	
7	Dewi Anggraeni	30	35	20	85	T	
8	Dwi Wahyuningtyas	30	35	20	85	T	
9	Emma Puspita Sari	30	25	20	75	T	
10	Endah Tri Astuti	30	25	35	80	T	
11	Eva Nurdiana	30	25	20	75	T	
12	Gusti Finar Alin Saputri	30	15	35	80	T	
13	Hanifah Nuraini	15	25	35	75	T	
14	Heni Safitri	30	15	35	80	T	
15	Ismaniyah	30	25	20	75	T	
16	Miftahul Jannah Ramadhani	30	25	20	75	T	
17	Milsa Febriyanti	30	15	35	80	T	
18	Nindiana Dwi Nurrohmah	15	25	35	75	T	
19	Nisa Nurkhotimah	30	25	20	75	T	
20	Nisaa Pratiwi	30	35	20	85	T	
21	Nur Raudhatul Zanna	15	25	35	75	T	
22	Nurul Khasanah	15	25	35	75	T	
23	Septiana Mega Wicahyani	15	25	35	75	T	
24	Shinta Asriyana	30	35	20	85	T	
25	Slamet Haripriyanto	30	35	20	85	T	
26	Vega Virginia Kharisma	-	-	-	-		
27	Widiya Setyawati	15	25	35	75	T	

28	Yayan Wijayanto	30	35	20	85	T	
29							
30							

Keterangan : \*) KKM Indikator 75

T : Tuntas apabila skor lebih >75.0

BT : Belum Tuntas apabila skor < 75.0

Kriteria Penskoran :

Indikator Penilaian	Kriteria Penilaian	Skor
<p>Bertanya</p> <p>1. Siswa aktif bertanya kepada saat presentasi.</p> <p>2. Siswa bertanya kepada guru tentang soal diskusi yang belum jelas.</p>	<p>Nilai 40 jika melaksanakan 2 indikator.</p> <p>Nilai 20 jika melaksanakan 1 indikator.</p> <p>Nilai 0 jika tidak melaksanakan.</p>	40
<p>Diskusi</p> <p>1. Ikut berperan aktif dalam diskusi</p>	<p>Nilai 35 jika berperan sangat aktif</p> <p>Nilai 25 jika berperan aktif.</p> <p>Nilai 15 jika cukup aktif.</p> <p>Nilai 5 jika kurang aktif.</p> <p>Nilai 0 jika tidak melaksanakan.</p>	35
<p>Kerjasama</p> <p>1. Siswa bekerjasama dalam mengerjakan soal dengan kelompok masing-masing.</p> <p>2. Kemampuan berbicara saat berpresentasi.</p>	<p>Nilai 35 jika melaksanakan 2 indikator.</p> <p>Nilai 25 jika tidak melaksanakan.</p>	35
TOTAL SKOR		100



DAFTAR REKAPITULASI NILAI KELAS X A

No.	Nama Peserta	Nilai		
		Sikap	Pengetahuan	Keterampilan
1	2	3	4	5
1	Anisa Nurhidayati	C	100	55
2	Anisa Adittyta	SB	90	80
3	Aprilia Nika Sari	SB	90	75
4	Bagus Fajar Prakoso	B	70	75
5	Bahul Fakhurrozi	SB	80	75
6	Deti Romansari Febri Astuti	SB	100	75
7	Dewi Anggraeni	B	100	85
8	Dwi Wahyuningtyas	SB	100	85
9	Emma Puspita Sari	SB	90	75
10	Endah Tri Astuti	B	90	80
11	Eva Nurdiana	B	90	75
12	Gusti Finar Alin Saputri	B	90	80
13	Hanifah Nuraini	B	100	75
14	Heni Safitri	SB	100	80
15	Ismaniyah	B	100	75
16	Miftahul Jannah Ramadhani	B	100	75
17	Milsa Febriyanti	B	100	80
18	Nindiana Dwi Nurrohmah	B	100	75
19	Nisa Nurkhotimah	B	100	75
20	Nisaa Pratiwi	B	100	85
21	Nur Raudhatul Zanna	SB	100	75
22	Nurul Khasanah	B	100	75
23	Septiana Mega Wicahyani	B	90	75
24	Shinta Asriyana	B	70	85
25	Slamet Haripriyanto	B	100	85
26	Vega Virginia Kharisma	-	-	-
27	Widiya Setyawati	B	100	75
28	Yayan Wijayanto	B	100	85
29				
30				

# **LAMPIRAN 6**

Laporan Mingguan  
Pelaksanaan PPL

### LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

Nama Sekolah: SMK Muhammadiyah 1 Moyudan

Nama Mahasiswa: Tri Mardhiyana

Alamat Sekolah: Gedongan, Sumberagung, Moyudan, Sleman

No. Mahasiswa: 14511247018

Guru Pembimbing: Hanum Perdani S.Pd.T

Prodi: Pendidikan Teknik Boga

Dosen Pembimbing: Yurian, Dra M.Pd

No	Minggu Ke-	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Selasa, 24 Februari 2015	Observasi sekolah.	Melaksanakan Observasi Sekolah.	-	-
2.	Rabu, 25 Februari 2015	Observasi Kelas X Jasa Boga.	Untuk mengetahui kondisi belajar mengajar, saat itu sedang dilakukan pembelajaran mata pelajaran Ilmu Gizi.	-	-
3.	Minggu ke-1	Penyusunan Bahan Ajar	Mencari materi berupa video/gambar pada Ilmu Gizi yakni Zat Pembangun		
		Pembuatan Media	Media yang digunakan adalah video tentang zat pembangun		

		Konsultasi Persiapan Mengajar	Konsultasi bahan ajar, media dan metode pembelajaran.		
		Praktik Mengajar	Mengajar pada jam ke 1-5. Ruang kelas XA Jasa Boga.	Kurangnya minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pada jam ke 1-5 dikarenakan panjangnya jam pelajaran dengan jadwal teori.	Media dan metode pembelajaran yang digunakan sekiranya siswa aktif dan tertarik untuk mengikuti.
		Evaluasi Hasil Belajar	Pembuatan soal essay.		
		Rekapitulasi Nilai Siswa	Rekapitulasi nilai sikap, keterampilan berupa tugas terstruktur dan nilai pengetahuan berupa soal tentang pengertian zat pembangun (protein).		
4.	Minggu ke-2	Penyusunan Bahan Ajar	Mencari materi berupa video/gambar pada Ilmu Gizi, yakni kekurangan dan kelebihan protein.		
		Pembuatan Media	Media yang digunakan adalah gambar kekurangan dan kelebihan protein.		

		Konsultasi Persiapan Mengajar	Konsultasi bahan ajar, media dan metode pembelajaran.		
		Praktik Mengajar	Mengajar pada jam ke 1-5. Ruang kelas X A Jasa Boga	Kurangnya minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pada jam ke1-5 dikarenakan panjangnya jam pelajaran dengan jadwal teori.	Media dan metode pembelajaran yang digunakan sekiranya siswa aktif dan tertarik untuk mengikuti.
		Evaluasi Hasil Belajar	Pembuatan soal essay.		
		Rekapitulasi Nilai Siswa	Rekapitulasi nilai sikap, pertanyaan lisan seputar kekurangan kelebihan dalam zat sumber pembngun khususnya protein.		
5.	Minggu ke-3	Penyusunan Bahan Ajar	Menyusun rencana pembelajaran pertemuan ke 3 untuk Ilmu Gizi, Zat Mineral.  Mencari materi berupa video/gambar pada Zat Mineral.		

		Pembuatan Media	Media yang digunakan adalah video tentang zat mineral, fungsi dan sumber.		
		Konsultasi Persiapan Mengajar	Konsultasi bahan ajar, media dan metode pembelajaran.		
		Praktik Mengajar	Mengajar pada jam ke 1-5. Ruang kelas XA Jasa Boga.	Kurangnya minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pada jam ke 1-5 dikarenakan panjangnya jam pelajaran teori namun sudah lebih baik dibandingkan pertemuan sebelumnya.	Lebih dikreasikan lagi dalam membuat metode pembelajaran.
		Evaluasi Hasil Belajar	Memberikan soal essay sebanyak 5 soal.		

		Rekapitulasi Nilai Siswa	Rekapitulasi nilai sikap, keterampilan dan nilai pengetahuan berupa soal tentang zat mineral: fungsi dan sumber.		
6.	Minggu ke-4	Penyusunan Bahan Ajar	Menyusun rencana pembelajaran pertemuan ke 4 untuk Ilmu Gizi, Kekurangan dan kelebihan zat mineral.		
		Pembuatan Media	Media yang digunakan adalah pengertian kelebihan dan kekurangan zat mineral menggunakan powerpoint.		
		Konsultasi Persiapan Mengajar	Konsultasi bahan ajar, media dan metode pembelajaran.		
		Praktik Mengajar	Mengajar pada jam ke 1-5. Ruang Kelas X A Jasa Boga.		
		Evaluasi Hasil Belajar	Memberika soal lisan		
		Rekapitulasi Nilai Siswa	Rekapitulasi nilai sikap, nilai pengetahuan berupa lemparan soal dan soal refleksi dalam bentuk benar salah.		

7.	Minggu ke-5	Penyusunan Bahan Ajar	Mencari materi berupa video/gambar pada Ilmu Gizi, yakni Vitamin.		
		Pembuatan Media	Media yang digunakan adalah gambar tentang guna vitamin dan sumbernya.		
		Konsultasi Persiapan Mengajar	Konsultasi bahan ajar, media dan metode pembelajaran.		
		Praktik Mengajar	Mengajar pada jam ke 1-5. Ruang Kelas X A Jasa Boga.		
		Evaluasi Hasil Belajar	Mengadakan ulangan harian. Terdiri dari 10 soal <i>matching</i> dan 10 soal essay.		
		Rekapitulasi Nilai Siswa	Rekapitulasi nilai sikap, keterampilan berupa simulasi dan nilai pengetahuan berupa soal diskusi dan soal ulangan harian.		



# **LAMPIRAN 7**

Jadwal Mengajar dan  
Piket Harian

**JADWAL MENGAJAR MAHASISWA PPL UNY**  
**DI SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN**  
**TAHUN 2015**

No	Nama Mahasiswa	Hari	Jam Mengajar	Kelas	Mata Pelajaran
1	Deffry Antoni A	Kamis	Jam ke 1-8	XI JB	Makanan Indonesia
2	Fitri Wedaries	Selasa	Jam ke 4-11	XA JB	Boga Dasar
3	Krisni Budu W	Rabu	Jam ke 4-11	XB JB	Boga Dasar
4	Lala Try Astuti	Senin Senin Selasa	Jam ke 4-5 Jam ke 6-7 Jam ke 6-10	XB JB XA JB XB JB	Pengantar Pariwisata Pengantar Pariwisata Ilmu Gizi
5	Rahmawati Indah A	Selasa	Jam ke 3-4	XI JB	Pengantar Pariwisata
6	Tri Mardhiyana	Rabu	Jam ke 1-5	XA JB	Ilmu Gizi
7	Munawir Husin Umar	Selasa Jumat	Jam ke 6-9 Jam ke 5-9	XIIB TKJ XIIA TKJ	Administrasi Server Sistem Operasi Jaringan
8	Yazid Afifudin Abror	Sabtu Sabtu	Jam ke 1-4 Jam ke 5-8	XIB TKJ XIA TKJ	Sistem Operasi Jaringan Rancangan Bangunan Jaringan

JADWAL PIKET

SENIN

PIKET BK	PIKET PERPUS	PIKET JAGA
1. Yasid Afifudin Abror 2. Munawir husin Umar 3. Krisni Budi W	1. Tri Mardhiyana 2. Rahmawati Indah A 3. Fitri Wedaries	1. Lala Try Astuti 2. Deffry Antoni A

SELASA

PIKET BK	PIKET PERPUS	PIKET JAGA
1. Lala Try Astuti 2. Fitri Wedaries 3. Deffry Antoni A	1. Yasid Afifudin Abror 2. Krisni Budi W 3. Tri Mardhiyana	1. Rahmawati Indah A 2. Munawir Husin Umar

RABU

PIKET BK	PIKET PERPUS	PIKET JAGA
1. Yasid Afifudin Abror 2. Munawir husin Umar 3. Fitri Wedaries	1. Lala Try Astuti 2. Deffry Antoni A 3. Rahmawati Indah A	1. Tri Mardhiyana 2. Krisni Budi W

KAMIS

PIKET BK	PIKET PERPUS	PIKET JAGA
1. Lala Try Astuti 2. Fitri Wedaries 3. Tri Mardhiyana	1. Rahmawati Indah A 2. Munawir Husin Umar 3. Krisni Budi W	1. Yasid Affifudin Abror 2. Deffry Antoni A

JUMAT

PIKET BK	PIKET PERPUS	PIKET JAGA
1. Munawir Husin Umar 2. Rahmawati Indah A 3. Deffry Antoni A	1. Lala Try Astuti 2. Tri Mardhiyana 3. Fitri Wedaries	1. Yasid Affifudin Abror 2. Krisni Budi W

SABTU

PIKET BK	PIKET PERPUS	PIKET JAGA
1. Tri Mardhiyan 2. Rahmawati Indah A 3. Fitri Wedaries	1. Munawir Husin umar 2. Krisni Budi W 3. Deffry Antoni A	1. Lala Try Astuti 2. Yasid Affifudin Abror

# **LAMPIRAN 8**

Dokumentansi

Pelaksanaan PPL

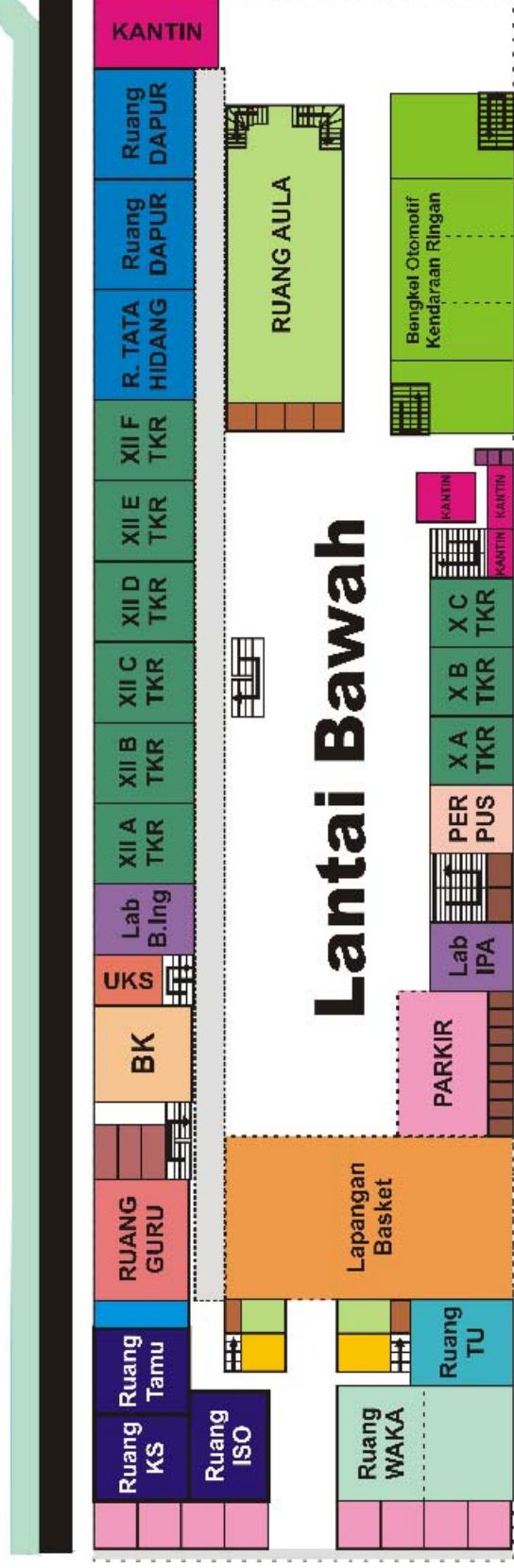
MENGAJAR TEORI KELAS X A JASA BOGA



# **LAMPIRAN 9**

Denah Sekolah

## SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN



# **LAMPIRAN 10**

Kartu Bimbingan  
PPL





**KARTU BIMBINGAN PPL/MAGANG III DI SEKOLAH/ LEMBAGA**  
**PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL**  
**LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY**  
**TAHUN .....2015.....**

**F04**

**UNTUK MAHASISWA**

Nama Sekolah/ Lembaga : SMK Muhammadiyah 1 Moyudan  
Alamat Sekolah/ Lembaga : Jl Godean- Ngapak 15, Gedongan, Sumboragung  
Nama DPL PPL/ Magang III : Dra Yuriani M.Pd  
Prodi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : Pendidikan Teknik Boga / Fakultas Teknik  
Jumlah Mahasiswa PPL/ Magang III : 6 orang

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL/ Magang III
1	15 / 8 2015	6	Monitoring / RPP		
2	25 / 8 2015	6	Monitoring pelaksanaan praktik mengajar.		
3	14 / 9 2015	6	Persiapan pembuatan laporan PPL		

**PERHATIAN :**

- ☛ Kartu bimbingan PPL ini dibawa oleh mhs PPL/ Magang III (1 kartu untuk 1 prodi).
- ☛ Kartu bimbingan PPL/ Magang III ini harap diisi materi bimbingan dan dimintakan tanda tangan dari DPL PPL/Magang III setiap kali bimbingan di lokasi.
- ☛ Kartu bimbingan PPL/Magang III ini segera dikembalikan ke PP PPL & PKL UNY paling lambat 3 (tiga) hari setelah penarikan mhs PPL/Magang III untuk keperluan administrasi.

Mengetahui,  
Kepala Sekolah / Lembaga

.....  
Mhs PPL/ Magang III Prodi .....



# **LAMPIRAN 11**

Kalender Pendidikan

# **LAMPIRAN 12**

Daftar Nama

Guru dan Karyawan

# **LAMPIRAN 13**

Jadwal Pelajaran

Th 2015/2016

**JADWAL MENGAJAR MAHASISWA PPL UNY**  
**DI SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN**  
**TAHUN 2015**

No	Nama Mahasiswa	Hari	Jam Mengajar	Kelas	Mata Pelajaran
1	Deffry Antoni A	Kamis	Jam ke 1-8	XI JB	Makanan Indonesia
2	Fitri Wedaries	Selasa	Jam ke 4-11	XA JB	Boga Dasar
3	Krisni Budu W	Rabu	Jam ke 4-11	XB JB	Boga Dasar
4	Lala Try Astuti	Senin Senin Selasa	Jam ke 4-5 Jam ke 6-7 Jam ke 6-10	XB JB XA JB XB JB	Pengantar Pariwisata Pengantar Pariwisata Ilmu Gizi
5	Rahmawati Indah A	Selasa	Jam ke 3-4	XI JB	Pengantar Pariwisata
6	Tri Mardhiyana	Rabu	Jam ke 1-5	XA JB	Ilmu Gizi
7	Munawir Husin Umar	Selasa Jumat	Jam ke 6-9 Jam ke 5-9	XIIB TKJ XIIA TKJ	Administrasi Server Sistem Operasi Jaringan
8	Yazid Afifudin Abror	Sabtu Sabtu	Jam ke 1-4 Jam ke 5-8	XIB TKJ XIA TKJ	Sistem Operasi Jaringan Rancangan Bangunan Jaringan

JADWAL PIKET

SENIN

PIKET BK	PIKET PERPUS	PIKET JAGA
1. Yasid Afifudin Abror 2. Munawir husin Umar 3. Krisni Budi W	1. Tri Mardhiyana 2. Rahmawati Indah A 3. Fitri Wedaries	1. Lala Try Astuti 2. Deffry Antoni A

SELASA

PIKET BK	PIKET PERPUS	PIKET JAGA
1. Lala Try Astuti 2. Fitri Wedaries 3. Deffry Antoni A	1. Yasid Afifudin Abror 2. Krisni Budi W 3. Tri Mardhiyana	1. Rahmawati Indah A 2. Munawir Husin Umar

RABU

PIKET BK	PIKET PERPUS	PIKET JAGA
1. Yasid Afifudin Abror 2. Munawir husin Umar 3. Fitri Wedaries	1. Lala Try Astuti 2. Deffry Antoni A 3. Rahmawati Indah A	1. Tri Mardhiyana 2. Krisni Budi W

KAMIS

PIKET BK	PIKET PERPUS	PIKET JAGA
1. Lala Try Astuti 2. Fitri Wedaries 3. Tri Mardhiyana	1. Rahmawati Indah A 2. Munawir Husin Umar 3. Krisni Budi W	1. Yasid Affifudin Abror 2. Deffry Antoni A

JUMAT

PIKET BK	PIKET PERPUS	PIKET JAGA
1. Munawir Husin Umar 2. Rahmawati Indah A 3. Deffry Antoni A	1. Lala Try Astuti 2. Tri Mardhiyana 3. Fitri Wedaries	1. Yasid Affifudin Abror 2. Krisni Budi W

SABTU

PIKET BK	PIKET PERPUS	PIKET JAGA
1. Tri Mardhiyan 2. Rahmawati Indah A 3. Fitri Wedaries	1. Munawir Husin umar 2. Krisni Budi W 3. Deffry Antoni A	1. Lala Try Astuti 2. Yasid Affifudin Abror